دیل کارنگی

چۆن
سامان و سەرکەوتن و سەرکردایەتی
بەدەست دێنی

Dale Carengi

وەرگێڕانی: دیاری عەلی



چاپی سێیەم: 2008

پێشەکی
بەخۆشی ژیان

(سودەکانی خۆشەویستی)

بەخۆشی بژی، و بەزەردەخەنەوە پێشوازی لەژیان بکەو ئازایانەو گەشبینانە، چونکە ژیان شایەنی ئەوەیە کە تیایا بژیت، ئەو گرفتانەی کەتیاشیایەتی هەر مرۆڤ بۆ خۆی دروستی کردووە،نازانم کە کێ یەکەم جار جوانی ژیانی شێواندوە لەبەرچاو خەڵکیدا، کێ دنیای بەخراپ ناو بردووەو کێ بووە کەیەکەمجار لەسەر زەوی گریاوە، دەڵێن کە دایە (حەوا) بووە دوای ئەوەی کەلەبەهەشت دەرکراون، بەڵام بۆچی گریاوە دوای ئەوەی لەسەرەوە دابەزیوەتە خوارەوە؟

ئایا نەیان توانیوە کە لەگەڵ باوە (ئادەم)دا بەهەشتێکی تر لەسەر زەوی دروست بکەن، یا فێری تەمەڵی بوون بۆیە گریاوەوئەمەش لەسەر زەوی نەلواوە.

مرۆڤ حەزی بەتەمەڵی یەو خۆی خۆش دەوێ و حەزی بەو حەوانەوەو چێژانەیە کە ماندوویەتی ناوێت، ئەگەر مرۆڤ ژیان بناسێت ئەوا دەبینێت کەزۆر دەروازەی تیایە کە کامەرانی بۆبەدی دێنێت و بەهەشتێکی بۆدەستەبەر دەکات، بەرلەوەی لەئاخیرەتدا بینی، لەو دەروازانەش: (ژیان خۆشەویستیەو خۆشەویستیش ژیانە) چونکە ژیان بەبێ خۆشەویستی باری ڕاست نابێتەوە، خۆشەویستی نێوان

مرۆڤەكانیش هانیان دەدات كە هاوكاری یەكتری بكەن و دەیانگەنێتە بالأترین جێگا.

خۆشەویستی لەناو خێزاندا كامەرانیی تێدا پەخش دەكات، خۆشەویستی لەناو نەتەوەیەكدا هانیان دەدات كەیەكگرتوو هاوكاربن لەوكارانەدا كەسودی بۆهەموان هەیە، خۆشەویستی لەناو نەتەوەكاندا ئاشتی لەسەرتاسەری جیهاندا بڵاو دەكاتەوە، چونكە كامەرانی بۆمرۆڤایەتی بەدی نایەت ئەگەر ئاشتی باڵە سپیەكانی بەسەر كۆمەڵگای مرۆڤایەتیدا نەكێشێت، ئاشتیش نایەتە كایەوە ئەگەر تەماحی سیاسیەكان لەناو نەچێ و دادپەروەری و بڕوا لەناو دەوڵەتەكاندا چەكەرە نەكات و دڵەكان هەست بەسۆز و بەزەیی نەكەن تا چەك توشی كارەساتیان نەكات.

تەندروستی باش كامەرانی یە:

جارێكیان دەروێشێ دەچێت بۆحەج و لەوێ پێڵاوەكەی دەدڕێ و گەرمای بیابان پێ ی داخ دەكات، بۆیە بەدرێژایی گەشتەكەی گلەیی لەبەختی ڕەشی خۆی دەكات كە نەدارەو نەی توانیوە بەسواری وڵاخێك سەفەرەكەی بكات، كە دەگاتە مەككە سواڵكەرێك دەبینێت كە هەردوو قاچی نی یە و داوای یارمەتی دەكات و لەوێدا بۆی دەردەكەوێت كەئەو لەو بێ قاچە باشترە، كەواتە تەندروستی گرانبەهاترین جۆری كامەرانی یە كامەرانیش نەپارەیەو نەپایەیە و نەدەسەلأت بەڵكو بەرلەهەمووشتێ كەتەندروستی یەكی تەواوە، ئەگەر مرۆڤ ئەمەی هەبێ كێشەكانی لەبەر دەمیا ئاسان دەبن.

هاوژیانی لەگەڵ کۆمەڵگادا:

لەوانەیە هەندێ خەڵك خۆشەویستی نێوانیان لە دەست بدەن، بەڵام لەگەڵ ئەمەشدا دەتوانن کەدڵخۆش بن بەچاك هەڵسو کەوت کردن (عومەری کوڕی خەتاب)بە (تلیحەی ئەسەدی) وو تووە:(تۆ عەکاشەی بن محسن ت کوشتووە و من تۆم خۆش ناوێت) تلیحەش پێی وتووە: (هەڵسوکەوتێکی جوان ئەی ئەمیری باوەڕداران، چونکە لەسەر کینە تێکەڵ دەبن)، بۆیە دەبێ مرۆڤ چاك هەڵسوکەوت لەگەڵ خەڵك بکات و تێکەڵاویان بێ ئەگەر چی ڕقی لەهەندێکیشیان بێ عبداللەی کوڕی عەباس یش ووتویەتی (هاوژیانی و تێکەڵاوی پێوەرێکە کە سێیەکی زیرەکی یەو دوو لەسەرسێ ی لێبوردن و چاوپۆشی یە).

چونکە چاوپۆشی ولێ بوردن کاتێکی خۆش بۆ مرۆڤ دەڕەخسێنێ تابیگوزەرێنێ کە باشترە لە ڕق و کینە و ناکۆکی، لەحەوانەوەی دەرونی و کارێکی بەسود و ژیانێکی خۆشدا دەیگوزەرێنێ یا وەك ئیمامی شافیعی وتویەتی: گەر دەتەوێ ساغ بی و دور لەئازار بژیت و ژیانت پڕ بێ و کەرامەتت پارێزراو بێت ئەوا زمانت بگرەو باسی خراپی کەسی پێ مەکەو چونکە تۆش خراپەت هەیەو خەڵکیش زمان، چاویشت گەر عەیبێکی پێ نیشان دایت ئەوا بی پارێزەو بڵێ ئەی چاو خەڵکیش چاوی هەیە، بەچاکی هەڵسوکەوت بکەو لەدەست درێژی ببورە جیاوازی بکە بەڵام بەچاکترین شێوە.

خۆشەویستی ژیانە:

لە محمد پێغەمبەریان (د.خ) پرسیوە: کامەرانی چی یە؟ فەرموو یەتی (قەناعەتە) قەناعەتیش دژی خۆشەویستی ژیان نی یە، چونکە ئەوانەی قەناعەتیان هەیە ڕقیان لەژیان نی یە، بەڵکو خۆشیان دەوێت و کاری بۆدەکەن، ئەگەرچی کەمیش بێ تا بەشێکیش بۆ ئەوانی تر جێ بێڵن، سەعدی کوڕی ئەبی وەقاس بە عومەری کوڕی خەتابی ووتوە: (کوڕم ئەگەر دەوڵەمەندیت و ویست ئەوا بەقەناعەتەوە داوای بکە، چونکە ئەگەر قەناعەتت نەبێ، ئەوا هیچ پارەیەك تێرت ناکات).

لەژیانیشدا دوو جۆر خەڵك هەن: جۆرێکیان هاوڕێیەتی کردنیان تەنها کێشە بەدوا وەیەو شومن، جۆرێکی تریان خێر و خۆشی دێنن بۆ هاوڕێکانیان یا وەك ابو تمام دەڵێ:

هەندێ کەس ئازار دەچێژن و خەڵکی تریش پێیان دەڵێنەوە خوداش بۆ خۆی خەڵکی بە خەڵکێکی تر دڵخۆش دەکا بۆئەوەی خۆت لەناخۆشی بپارێزیت و هۆکارەکانی کامەرانیت دەست کەوێ دور کەوەرەوە لەسەر چاوەکانی ناخۆشی و لەخەڵکە ڕەوشت خراپەکان با هاوڕێت زۆر بن لەو کەسانەی کەبەڕەوشت و زانستیان کامەرانن، چونکە هاوڕێ یەتی پیاو چاکان و زانایان هەموو ڕۆژێ سامانێکی نوێت بۆ دێنن و لە ژیاندا بەرەو ئامانجەکانی سەرکەوتن ئاراستە دەکەن.

ڕەوشتی باش دوو جۆرە:

ئەویش بریتی یە لەو ڕەوشتەی کە بە پەیوەندی بەخەڵکەوە بەندە، ئەگەر هەڵسوکەوتی چاك لەو جۆرە ڕەوشتە بێ، ئەوا شتی تریش هەیە وەك هەست کردن بە بەرپرسێتی و دڵسۆزی لەکاردا، سوربون و ئارام گرتن لەهەوڵی ژیاندا و چاکەو داد پەروەری.

ڕەنگە ڕەوشتی کرداریی باشتر کامەرانی دەستەبەر بکات وەك لەڕەوشت باشی خۆیی، چونکە کامەرانی ڕاستەقینە بەشداری کردنی خەڵکی ترە تیایدا بۆ بنیات نانی کۆشکی مرۆڤایەتی و کامەرانی نەك وەك ئەمە کە دەڵێ:

دنیای من خۆمم و ئەگەر خۆم نەمام باکەس نەژی.

برسێتی و خۆشەویستی:

(گۆستاڤ لۆبۆن)ی فەیلەسوف ووتویەتی (کەبنەمای شارستانی دووشتە: برسێتی و خۆشەویستی) مەبەستی لەوەیە کە برسێتی پاڵ بەمرۆڤەوە دەنێت تاکار بکات لە کارێکدا خۆشەویستی هانی دەدا کە کۆببێتەوە، برسێتیش تەنها بریتی نیە لە بەتاڵی و ورگ بەڵکو بریتی یە لە پێویستی عەقڵ بە زانین.

برسێتی دەرون بۆ ئایین و برسێتی ویژدان بۆجوانی هونەر.

مرۆڤ ناتوانێ کە کامەرانی بۆخۆی دەستەبەر بکات ئەگەر عەقڵ و دەرون و ویژدانی خۆی باش خۆراك نەدات تا ئەمە زیاتر بێ کامەرانییش زیاتر دەبێ، (ئەرنست ڕینان) ی فەیلەسوفیش دوای ئەوەی وانە قەشەنگەکانی خۆی دەوتەوە بەگوێگرەکانی دەوت: (چەند

وابـزانن كـەزیرەك و بـەتواناو زانان،ئـەوا هەمیـشە پێویـستیتان بـەوە دەبێــت كــە زانــستی خۆتــان زیــاد بكــەن، ئەمــەش تــەنها لــەڕێی خوێندنـەوەوە بەدەسـت دێـنن، بۆیـە تـادەتوانن كتێبـی كـۆن و نـوێ بخوێننـەوە) ئەمـە هەنـدێك دەروازەی كامـەرانی یـە لـە ژیانـدا، ڕەنگـە هـەمووی نـەبێ بۆیـە بیخوێنـەرەوەو كـاری پـێ بكـە تـاوەك مـرۆڤ بـژیت، ئەگەر بەڕاستی وەك مرۆڤێك ژیایت ئەوا مرۆڤێكی سەركەوتوو كامـەران دەبیت.

بەشی یەکەم

چەند ئامۆژگاریەك بۆ ڕۆژێکی خۆش

خۆشی و کامەرانی کۆتایی ڕێگەیەکە کە هەموان هەوڵ ئەدەین پێی بگەین،بۆیە ئێمەش کتێبەکەمان بەو ئامۆژگاریانە دەست پێ دەکەین کە نوسەرێکی ئەمەریکی گەورە پێشکەشی کردوین و شیلەی ئەزمونی و شارەزایی ئەوی لەخۆ گرتووە تا ڕۆژمان بە خۆشی بگوزەرێت، لەو ئامۆژگاریانەدا دەڵێ:

١. کاتێك هەموو بەیانی یەك لە خەو هەڵئەسیت بە خۆت بڵێ:(من ئەمڕۆ بە خۆشی بەسەر ئەبەم)،چونکە خۆشی و کامەرانی لە ناخی لادەرونەوە هەڵدەقوڵێ و مرۆڤ بەوڕادەیەی کەخۆی دەیەوێ دەتوانێ ڕازی بێ لەوەی کە دەبێ.

٢. هەوڵ بدە کە هەمیشە خۆت لەگەڵ ئەوەدا بگونجێنیت کە دەبێ، نەك هەوڵ بدەیت خۆت لەگەڵ دەورو بەرتا وا بگونجێنی بە پێی ئەوەی کە خۆت دەتەوێ، بۆ نمونە ئەگەر کەش و هەوا تێك چوو بەپێچەوانەی ئەوەی کەتۆ چاوەڕێت ئەکرد ئەوا بەخۆت بڵێ:

٣. : (باشە هیوادارم کەئەمە خێری تیا بێ بۆ من، ئەگەرچی توشی چەندین گرفت بووم).

٤. بایەخ بە تەندروستیت بدە، مافی وەرزش و خۆراکی پاك بدە بەلەشی خۆت و خراپ بەکاری مەهێنە بەڵکو وەك

ئـامێرێکی چاك پارێزگاری لیٚ بکه تا ئەویش بەچاکی و بە خێرایی کارەکانی ئەنجام بدات.

٥. هەمیشه هـەولٚ بـده کـەبیرت تیـژ بکەیەتـەوه بـەوەی کەچـەند ئـەتوانی شـتێکی بەسـود بخوێنیتـەوە، بەتایبـەتی ئەوبابەتانـەی کەتێگەیـشتن و وەرگرتنیـان پێویـستی بـە چڕکردنەوەی بیر هەیە.

٦. هـەموو ڕۆژیٚ پـێش ئـەوەی بـچیته سـەرکار، بڕیـار بده کەچاکەیەك لەگەلٚ یەکێك بکەی، بەبیٚ ئەوەی پێشی ڕابگەیەنی و وەك ئەرکێك بەجێی بگەیەنیت.

٧. هەوڵبـده کەهەمیشه ڕێـك پـۆش بیـت و جل و بـەرگت لەگـەلٚ تەمـەن و پایـەی کۆمەڵایـەتیت بگـونجیٚ، ئاڕاسـتەت هەرچیەك بێت دەبیٚ ڕێز لـه هـەموو ئەوانـه بگریـت کەتوشیان دەبی و نـەرم و نیـان بیـت لەگەڵیانـداو ڕەخنـەیان لیٚ نـەگریت و دەست وەرنەدەیته کارو باره تایبەتیەکانیان.

٨. بـۆ ئـەو ڕۆژە بـژی کەتیایـدای و هـەولٚ مـەده کەهـەموو کێشەکانی ژیانت لەیەك ڕۆژدا چارەسەر بکەیت.

٩. تۆ دەتوانیت کەزۆر شت بکەیت لەڕۆژێکدا ئەگەر خۆت کۆبکەیتەوەو بیرت بەم لاولادا نەڕوات و بیر لە ڕابوردوو ئاینده نەکەیتەوە.

١٠. بەرنامەیەکی دیاری کراو بۆخۆت دانیٚ و ئەوشتانەی تیـا تۆمارکـە کـەدەبیٚ لەهـەموو کـاتێکی ڕۆژدا بیـان کـەیت، دەبینـی کـەتۆ ئـەو بەرنامەیە زۆر بـەوردی جیٚ بـەجیٚ ناکـەیت بەڵام زۆر سودی لیٚ وەردەگریت.

بەشی دووەم

گەڕان بەدوای کامەرانیدا

چەند چەمکێکی جیاواز:

دکتۆر لویس بیچ ووتویەتی:

(هەموو مان کامەرانیمان بۆ خۆمان دەوێت، بەلاّم ئەویش سەیرە ئەگەر لەیەکێك بپرسی مەبەستت چی یە لەکامەرانی، ئەوا زمانی تەتەڵە دەکا و نازانیّ چۆن ڕونی بکاتەوە، ئەگەر سوریش بێت لەسەر ئەوەی کە دەزانێت کامەرانی چییە، ئەوا بەشێوەیەکی تە م ومژاوی باس لە هۆکارەکانی کامەرانی دەکات).

زۆر جار لە خەڵك دەبیستین کە دەڵێن (خۆزگە پارەیەکی زۆرم هەبوایە).

ئەگەر بپرسی چی لەو پارە زۆرە دەکەی و ئەوپارە زۆرە چی بۆ تۆ دەکات ئەوا دیسان وەلاّمەکەی ڕون نابیّ.

ڕەنگە ئافرەتان بتوانن هۆکارەکانی ئەوکامەرانیە دیاری بکە کە بۆ خۆیانیان دەویّ، ئەگەر لیّ ی پرسی چیت بۆ خۆت دەویّ و خۆزگەت چیە، ئەوا لەوەلاّمدا دەڵیّ من خۆشەویستی و هاوسەرێتی یەکی پتەو و منداڵ و ماڵێکی خۆشم دەوێت، لەگەڵ داراییەکی دڵنیاکەر، ئەمە ئەو هیوا و ئاواتانەیە کە لەدڵ و دەرونیدا قوڵپ ئەداو خەونی پێوە دەبینیّ و لەخوا داوا دەکەیت ڕۆژیّ لە ڕۆژان بێتە دی.

بەلأم پیاوان خۆزگەیان زیاترە و بەتەماح ترن، بایەخێکی زۆر بە پارەو هێز و دەسەلأت ئەدەن، بەلأم ئەگەر ئەم شتانەیان بۆ بەدی هات ئایا کامەرانیان دەست دەکەوێت؟

با باس لەپارە بکەین ئەو شتەی کە لەبیری هەموانداییە، ئایا کەسێک هەیە بتوانێ بلێ: دەوڵەمەندەکان کامەرانن؟

ئەو ڕاستیەی کەناتوانرێ نکولی لێ بکرێ ئەوەیە کەپارەی پێویست بوو کلۆلی دروست دەکات، بەلأم زۆری پارەش وا لە مرۆڤ دەکا کە سەرکێشی بکا و زیادە ڕۆیی لەیاری و ڕابواردندا بکا و زۆر بخواتەوەو ناپاکی لە هاوسەرەکەی بکات، لەلایەکی تریشەوە پارێزگاری لە سامانیش دڵە ڕاوکێ دروست دەکات،بۆیە پارەی زۆر لە ڕاستیدا زۆر پشتی پێ نابەسرێت لە دروست کردنی کامەرانیدا بەلأم ئەگەر کەسێکت خۆش بوێت و ئەزمونێکی قەشەنگە و مرۆڤ بەڕاستی کامەران دەکا.

بەلأم ئایا خۆشەویستی بەردەوام دەبێ؟ ئەی ئازارو کێشەکانی و بێ ئومێدی و خورپەکانی؟

خۆشەویستی و هاوسەریش ئەگەرچی خۆشی تیایە بەلأم پێکدادانی تێدەکەوێ و ئاسمانی سامانی ئەو کامەرانیەش هەور دەیگرێ.

ئایا کامەرانی لە خۆشەویستی دایە؟

خۆشەویستی کەمێك لە سەربەستیت زەوت دەکات و بواری چالاکیی کۆمەلأیەتیت دەسك دەکاتەوە، لەبەر ئەوە مرۆڤ دەبێ وریابێ

خۆشەویستی ئەی خنکێنێ و نەبێتە ڕێگر لەبەردەم بەجێ هێنانی ئەرکەکانیدا بۆیە دەبێت پارێزگاری لە هاوڕێکانی بکات، بواری حەوانەوەی خۆی بدات، چونکە خۆشەویستی ئەگەرچی ئەزمونێکی خۆش و بەتامە بەلاّم ئەگەر بەدانایی ڕەفتاری لەگەڵدا نەکرێ ئەوا تاڵ دەبێ بەلاّم خۆشەویستی خۆشی و کامەرانی دروست دەکات و شایەنی ئەوەیە کەهەوڵی بۆ بدرێ و بپارێزرێ.

دڵنیای ئابوری وا لە مرۆڤ دەکات کە هەست بەحەوانەوە بکات، گومان لەمەدا نی یە، ئەو مرۆڤە وا هەست دەکات کەتوشی دەردی هەژاری و نەداری نابێ و ژیانێکی جێگیر دەگوزەرێنێ، کەلە ژیانی زۆرکەس باشترە و پشت بەمنداڵەکانی و یارمەتی حکومەت نابەستێت.

ئەم جۆرە هەستە وا لە مرۆڤ دەکات کەبڕوای بەخۆی بێت و لەژیانی دڵنیا بێت، ئەمە لقێکە لە کامەرانی نەوەك هەموو کامەرانی دڵنیایی ئابوریش لای ژن گرنگترە لە لای پیاو، چونکە ئەمە دەرفەتی ئەمەی بۆ دەڕەخسێنێ کە ئەرکی خۆی لە ژیاندا وەك هاوسەرێك یا کابانێك بەجێ بگەیەنێت، ئەمە شتێکی فرە لایەن و سەختە بەلای ئافرەتەوە ئەگەر دڵنیایی ئابوری لەگەڵ نەبێت.

پیاوی چاکیش بەلای ژنەوە هەموو پیاوێك نی یە، چونکە ژن ڕێز لەو پیاوە ناگرێت کە لە هەموو شتێکدا پشت بەو دەبەستێت، ژن حەز دەکات کەمێردێکی بەهێزی هەبێ و بەسۆز بێ و ئاسۆ فراوان بێ لە تێگەیشتنی شتەکانیدا، ڕێنماو دەست پاك بێ و هاوڕێیەکی گیانی بێ و دڵسۆزو بەوەفابێ، پیاوێك بێت کەبەڕاستی بتوانرێ پشتی پێ ببەستێ.

بەڵام پیاوان کامەرانی لە پارەو هێز و دەسەڵاتدا دەبینن، بێگومان ڕێز لە خۆشەویستیش دەگرن و شانازی بەهاوسەرەکانیان و بەباشیی منداڵەکانیانەوە دەکەن، بەڵام تەماح و خۆزگەیان لەوە زیاترە، ئەوان بە توندی باوەڕیان وایە پارە وایان لێ دەکات کە دەسەڵاتیان بەسەر ئەوانی تردا هەبێت لە هەموو کار و بوارەکاندا بۆیە ئەگەر پارەیان دەست کەوێت ئەوا پێیان وایە کە کامەرانیشیان بەدەست هێناوە.

بەڵام ئەو واقیعە هەست پێ کراوەی کەمرۆڤ دەتوانێ بەچاوی خۆی بیبینێ لە زۆربەی بارەکاندا، ئەوەیە کەئەو ئامانجانەی پیاوان هەوڵی بۆ ئەدەن هەمیشەیی نین و ئەو کامەرانیەش لەمەوە دەستیان دەکەوێت تەمەن کورتەو لە زۆربەی کاتدا بە ئازارو گۆشە گیری کۆتایی دێت.

بەڵام ئەوەی کەجێی سەرنجە، هەموو ئەوئامانجانەی کە بە هۆکاری کامەرانی دادەنرێت، بێجگە لە خۆشەویستی، هەموویان ئامانجی مادین تەنانەت خۆشەویستیش زۆرجار خۆ پەرستانەیە.

جا خۆشەویستی هاوسەر بێت بۆ مێردەکەی یا باوك بۆ منداڵەکانی ئەگەر تێکەڵ بێت بە موڵکداری ئەوا بواری سۆز تەسك دەکاتەوە و سروشتێکی توندی دەبێ لە ترسی ئەوەی نەوەك لەدەست بچێ هەروەك چۆن سروشتی مرۆڤ خۆش دەگوزەرێنێ و بەدگومانی و دوڵی لا دروست دەکا و ئامانجەکانی لەناو دەبات.

کامەرانی و دڵخۆش کردنی ئەوانی تر:

بەتەنیا لەم سەردەمەدا لایەنە سۆزداریەکان نا جێگیر بوون، مادیەت زاڵە بەسەر ژیانی خەڵکدا بۆ بەدەست هێنانی هەموو ئەوەی کەدەیانەوێت و نایانەوێت.

کەواتە مرۆڤ چی بکات تا ئامانجێك یا زیاتر بەدەست بێنێ کە کامەرانی بۆ دەستە بەر بکات؟ دەبێ مرۆڤ نە زۆر سەیری سەرەوە بکات نە خوارەوە تا ڕوانینەکەی ئامانجی زۆر لەخۆ نەگرێ، با خۆشەویستی یەکەم ئامانج بێ بەڵام ئاگاداری ئەوە بێت شەش منداڵی لێی نەبێت، لەگەڵ ماڵێکی خۆش و سەد هەزار دۆلار، هەوڵ بدە بەدوای خۆشەویستی ڕاست و دروستدا بگەڕێی و گومانی تێدانییە کە هەموو ئارەزووەکانت لەم ڕێگەوە بەشێوەیەکی دروست بەدی دێن.

لەوانەیە کچێك باسی خۆزگەکانی خۆی بکات و بڵێ: (من مێردێکی باڵا بەرز و قۆز و پتەوم دەوێ و بەئەدەب بێ، موچەیەکی چاکی هەبێ و تا بتوانم هەندێ خزمەتکار ڕا بگرم، خەمی پارەم نەبێ، حەزیش دەکەم کە مێردەکەم لە وجۆرە کەسانە نەبێ کە پێیان ناخۆشە لەماڵەوە بمێنمەوە و نەچمە دەرەوە بۆ یانە و گازینۆ کان، تا من لەماڵەوە بەجێ بهێڵێت، حەزیش دەکەم کە دوو کوڕ و کچێکم هەبێ و سەیارەیەکی جوانیشم هەبێ).

بێگومان تەنها یەك کچ باس لەم خۆزگانـــە ناکات، بەڵکو ئەمانە بەشێوەیەکی گشتی لەمێشکی زۆر لە کچاندایە و ئەگەر هەمووی یا هەندێکی نەیەتە دی ئەوا بێزاری و ناخۆشی دروست دەکات.

گومانیشی تێدا نییە کە دیدگای مرۆڤ بۆ کامەرانی لەگەڵ بەساڵا چوندا دەگۆڕێ، چونکە هیواکانی ئەوەی کە لە ئەڵقەی دووەمی تەمەنیدایە وەك هی ئەوەنییە کەچووەتە ئەڵقەی سێ یەمەوە یا وەك هی ئەوەی کەتەمەنی گەنجیی تێ پەڕاندووە، بەڵام ئەوەی کەبەلامانەوە خۆشە تاڕادەیەك بەندە بەوەی کە شانسمان پێمان دەبەخشێ لە تەمەنە جیاوازەکانی ژیاندا.

گەنج حەز دەکات کە ماڵێکی لە پایتەختدا هەبێت و یەکێکی تریش لە یەکێك لە هاوینە هەوارەکاندا و حەزیش دەکات کە سەیارەیەك زیاتری هەبێت و پارە لای کلاشە بکات، بەڵام کاتێك کە دەچێتە تەمەنەوە هەست بە قەناعەت دەکا و بە کەمێك لەو شتانە ڕازی دەبێت و هەموو هیوای ئەوەیە کە خوا لەشی ساغ بکا.

کاتێ بەدوای کامەرانیدا دەگەڕێی داوای زۆر کەم بکەو با مێشکت ساف بێت، ئەنجا بیر لەوانە بکەرەوە کە ئەوەیان چنگ کەوتووە کە تۆ ویستوتە، لە خۆت بپرسە ئایا ئەوانە بە ڕاستی کامەرانن؟ خۆت هەڵمەخەڵە تێنەو مەڵێ من جیام، ئەمە قسەی هیچەو جێی باوەڕ نییە، ڕەنگە ببینی کە زۆربەی هاوڕێکانت لە ژیانی هاوسەریدا ناموڕتاحن تۆش دەڵێیت (من جیام)ئەم قسەیە لەکوێ وە دێنی و چی وات لێ دەکات وابزانیت کە تۆ و هاوسەرەکەت وەك ئەوان نابن، ئەی چی ڕوو ئەدات ئەگەر ئەم قسەیە ڕاست دەرنەچوو؟ دووپاتی دەکەمەوە کە بە هێمنی بیرێکی لێ بکەرەوە و بێ ئەوەی خۆت بخەڵەتێنی و بە خەیاڵپلاوێك پاساوی بدەیتەوە کە خۆت دڵنیا نیت لە بەدی هاتنی، بیر کردنەوەی دروستت بەکار بهێنە بۆ گەڕان بەدوای ئەو هۆکارانەدا کە دڵنیایی کامەرانیت بۆ دابین دەکەن.

ئەنجا بشزانە کە کامەرانی شتێکی پەنهانەو زۆر ڕوی هەیە و بەزەحمەتیش ڕاوی دەکەی و لێی تێ دەگەی.

ئەگەر بڕوات بەمە هێناو لەبەرچاوی خۆتت دانا ئەوا هەست بەبێ ئومێدی یەکی تاڵ ناکەیت.

لێکۆڵینەوە درێژەکان سەلماندویانە کە گرنگترین شتێ ڕازی بونێکی قوڵ و خۆشی یەکی پوخت بۆ مرۆڤ بێنێ، ئەوەیە کە کارێکی

بەخشندانە لەگەڵ هەندێ کەس بکەیت و بەم کارەت وای لێ بکەیت کە دڵخۆش بێ.

ئەبێ کارێکی مرۆڤانەو کۆمەڵایەتیانە ئەنجام بدەین، بڕۆ بەلای کەم ئەندامێکەوە و بیبە بۆ سەیرانێك، بڕۆ بۆ خەستەخانەکان و لای نەخۆشەکان دانیشە، شت بخوێنەرەوە بۆ ئەوانەی کە ناتوانن بخوێننەوە و یاری بدە بە منداڵان و شیرینی بە گەورەکان.

ئەمانە لەبیر مەکە لە ڕۆژانی جەژنەکاندا، چونکە تۆ بەم کردەوانەت شاد و دڵخۆشیان دەکەی.

زۆر کاری خێر هەیە کە دەتوانی بیکەی، کلۆڵەکانی پێ گوشاد کەی و خۆشت بەمە لەناخەوە هەست بە خۆشی و ڕازی بوون دەکەی کاتێ ئەو ڕوخسارانە دەگەشێنەوە کە چاویان بە تۆ دەکەوێ.

بەشی سێیەم

بنەماکانی سەرکەوتنی کامەران

ڕەگەزەکانی ئابوری سەرکەوتوو:

هەندێ کەس پێیان وایە کە حیکمەتی ئابووری تەنها بریتی یە لە پارە و بیریان چووە کە ئەمە شتی زۆر گرنگتر لە خۆ دەگرێ کەئەویش کات و هەوڵ و خۆشەویستی و ڕق و نەرمی و توندی و قایلی و توڕەیی و واقع و خەیاڵە.

هەروەها چاوچنۆکی و چروکی دەست بلأوییە ئەو کەسەشی کە زۆر سازش دەکات دەستبڕە، دەست بلأویش دزی لەخۆی دەکات، شتە بچوکەکانی وەك کونی بنی کەشتی یەك وایە کە دڕەنگ یا زوو هەر نووقمی دەکات، باشتر وایە کە ئابووری زوو دەست پێ بکات بەر بەرلەوەی کە دەمارەکان پیر بن و چاو کز بێت و دانەکان کلۆر بن و گەدە پەکی بکەوێ.

ئەو پەندە چەند جوانە کە سەرکردەی کەشتی یەك پێشکەشمان دەکات کە خەریکە کەشتی یەکەی نوقم دەبێ: سەیری کە چەند بە پەرۆشەوە بەلەمەکانی فریا کەوتن ئامادە دەکات بۆ منداڵان و ژنەکان ئەنجا پیرەکان ئەنجا گەشتیارەکانی تر ئەنجا ئەفسەران و دەریاوانەکانی.

ئەگەر پارچە تەختەیەك مایەوە لەناو دەریا هەڵچوەکەدا ئەوا خۆی پێوە دەگرێ، ئەگەر نا ئەوا لەگەڵ کەشتیـــەکەیدا ڕۆدەچێ، بەلاّم بە ویـژدانێکی ئاسودەوە چونکە ئەرکی پیرۆزی خۆی بەدەست هێناوە، هەموو ئەرکەکان بەم ترســناکییە نین بەلاّم کەم بایەخ ترین ئەرکیش پیرۆزی خۆی هەیە کە دەرون بەرزەکان دەیزانن، ئەرك وا لە کەمینەیەك دەکا کە چاکە کاربن و زۆرینەیەکیش توشی بێزاری دەکات

ئەگەر خەڵکی بەوە بزانن کە ڕوداوەکانی ژیانی ڕۆژانە ـ ئەرك و خەم و ناخۆشیەکانی ـ بریتین لە کۆمەڵێ برین کە چەند ڕۆژ و هەفتە و مانگیان دەوێ تا ساڕێژ بن ئەوا ئارام و بەرگە گرتن دەکەنە دروشمی خۆیان.

ئارام گرتن فەلسەفەیەکی قووڵە، بەلاّم چ فەلسەفەیەك هەیە بەبێ ئارام گرتن، فەیلەسوف بەندەی چاکەی ئارام گرتنە، بەلاّم بەندایەتی لێرەدا ئازادی یە، ئەوەشی کە سەیرە هەردوو ووشەی بلیمەتی و ئارام گرتن ئاوەڵواتان، (ویل دیورانت)ی فەیلەسوف دەڵێ: پەلە کردن و شارستانی بوون بەیەك ناگەن، ئارام گرتن لە لای زانایانی دەرون هونەری هیوایە.

سەردارو شوێنکەوتوو:

ئەگەر لە هەریەکێك لە" ڕۆکفلەر" و "کارینگی" و "مۆرگان"..... بپرسین کە ئایا ئەو دروشمە چی بووە کە هەڵیگرتووە وگەورەترین کاریگەری هەبووە لە پێکهێنانی سامانە زۆرەکەیدا ئەوا یەکسەر دەڵێن: (کات زێڕە).

ئــەگەر هەمـــان پـرسیـــار لــەزاناو سیاســـەتمەدار و ســـەرکردە و داهێنـەر و دۆزەرەوەکانـیش بکەی ئەوا هەر هەمان وەڵامیان دەبێ.

ئەی کەواتە بەلاتەوە سەیر نییە کە بۆچی ملیۆنەها کەس دەبینین لە یانەو گازینۆکان دا دانیشتوون لە کاتی دەست بەتاڵیدا؟ ئایا باوکێك یا پـەروەردە کارێکت دیـوە کـە بەکوڕەکەی یا بە قوتابیەکەی بڵـێ درۆ مەکـە و خۆشـی درۆ بکـات؟ ئایـا حاکمێکـت دیـوە کـە سـتەم لـە ڕەعیەتەکەی بکات وبەخەڵك بڵێ دەبێ بە سۆز و داد پەروەربن، هەنـدێك پێیان وایە کە ئامۆژگاری کردن و ووتاردان بەسە بۆ گۆڕینی خـەڵك و ڕاست کردنەوەیان، ئەگـەر خۆشیان نموونـەی گەندەڵی و خـواری بـن، بەڵام واباوە کە شوێنکەوتوو دوای سەردار بکەوێ سەرەڕای ئامۆژگاری و ووتارەکان.

نوێکاری و بواری گەشت و گوزار:

نوێکاری لە بنە ڕەتدا بریتـی یە لـە دروست کردنـی شتێك لـە هـیچ ئەم مانایەش دەکرێ بەکردەوە جێ بەجێ بکرێ، چونکە هیچ شتـێکی نوێ نـیە، بەڵام وێنەکێش و شاعیر و نوسەر و ئەنـدازیار و ئاواز دانـەر و داهێنـەر دەکـرێ کـە بـە نوێکـار دابنـرێن مـادەم لاسایـیان نـەکردۆتـەوە یان شتیان وەر نەگر تووە.

ئەگـەر چێژی نوێکاری نەبوایـە ئەوا هونەرمەنـدەکان برسـێتیان پـێ باش نەدەبوو لەوەی کە کارێکی تر بکەن، ساکاری جوانی یەو کەرامەتە ومەزنی یە و چاو و دڵ ئاسودە دەکا، سەیری هونەری نوێ بکە لە بینـا سـازی و ناومـاڵ و سـەیارە و شـەمەندەفەر و کەشـتی و فڕۆکەکانـدا، دەبینی کە نەخشی ئاڵۆزی تێدا نییە، بەراوردێ بکە لـەنێوان ژورێکـی

پێشوازی پڕ لە کورسی و قەنەفەو پەردە لەگەڵ ژوورێکی تردا کەساکاری و ئاسانی و تەڕدەستی پێوە دیارە ساکارەکە جوانترە بەڵکو ساکاری بۆخۆی جوانییە.

پەروەردە کردنی بەهرەکان:

بەهرە مادەیەکی خاوە و دەگمەنە و گران بەهایە کە سروشت دەی بەخشێتە ژمارەیەکی کەمی مرۆڤ، بەهرەی خاویش وەك ئەو مروارییە وایە کە لە بن دەریادایە، پێویستی بەدەستی کارامە هەیە تا دەری بێنێ و ساف و بریسکەداری بکات، بەهەمان شێوە بەهرەش ناگەشێتەوە ئەگەر خاوەنەکەی پەرەی پێنەدات، بەهرە هێزێکی شاراوەیە و ئاگرێکی کپە، ئەگەر لەکاتی خۆیدا بەکار نەبرێت ئەوا هێزی خۆی لەدەست ئەدات.

ئەگەر (جێمس وات) و (ئەدیسۆن) توشی بێزاری ببونایە دوای ئەوەی تاقی کردنەوەکانیان سەدان جار شکستی هێناوە و خەڵك بەشێت و ئەتوار سەیر ناویان بردوون، ئەوا دەوەستان و چیتر کار و پارەی خۆیان بەفیڕۆ نەئەدا، بەمەش نە ئامێر دروست دەبوو نە کەشتی هەڵمی نە هێڵی ئاسن و نە ڕوناکی کارەبا و نەتەلەفون و نە بێ سیم و نە پەنسلین، دەبێ شیلگیر بین و پاشەکشێ نەزانین، ئەمەش مانای بەرە و پێش چوونە.

نەرم و نیانی لە هەڵس و کەوتدا بەهێزی یەو هیچ لەسەر خاوەنەکەی ناکەوێ، بەڵام ئەنجامەکانی ئەوەندە گەورەن کە بە هەوڵ وپارە نایەنەدی.

جارێکیان (ئەبراهام لە نکوڵن) سەرۆك کۆماری ئەمریــکا وەڵامی سڵاوی ڕەشپێستێکی دایەوە، پـێ یان ووت: ئـاوا...؟ تـۆ سڵاو لـە ڕەش پێـستیێ دەکـەی؟ ئـەویش لـە وەڵامـدا ووتـی: دەتـەوێ لـەو کـەم ئەدەب تربم هاوڕێم؟

خێر لە جوڵەدایە:

زۆر دەمێکـە کـە نووسـەر و داناکـان هـەوڵ ئـەدەن کـەنهێنی یـەکانی سەرکەوتن پـەی پـێ بـەرن، بـەڵام کارەکـە ئەوەندەش ئاڵۆز نییـە و زۆر سـاکارە مـادەم مـرۆڤ لـە کارەکـەی دڵخۆشـە و چـێژی لـێ دەبـینێ ئـەوا سەرکـەوتن بەدەســت دێـنن، بـەڵام ئەگــەر خـــەم ســـارد بـێ ئـەوا سەرئەنجام شکست دێنێ.

کامـەرانی وەك ئـەوەی کـە مـرۆڤ تێـی دەگـات یـان دەبـێ تێـی بگـات شـتێکە لـە جوڵانـەوە دروسـت دەبـێ نـەك لەوەسـتانەوە واتـا شـتێکی دینامیکی یە نەك ستاتیکی، ڕەنگە نووستوو لەخەودا بجەوێتەوە بەڵام کامەرانی دەســت ناکەوێ، بەڵکو لە جوڵە و ڕۆشتنندا بۆی بـەدی دێ، لـە بەرەنگاربوونـەوەی کـزە بایـەکی ســارد و زاڵ بـوون بەسـەریدا و گەیشتن بەئامانج، لەو پێناوەش دا دەبێ هەناسە بڕکێی تووش بێ و عارەق بکات، تا لە کۆتاییدا شەکەت دەبێ و پێویستی بە خـەو دەبێ، لە بەرئەوەی کە جوڵا و بەجوڵەکەی دڵخۆش بوو ماندو بوو و نوست.

بەڵام ئەوەی کە شەو و ڕۆژ خەریکی خەوە ئەوا چێژی لـێ نابینێ.

لـــە لایـــەکی تـــرەوە ڕۆشـــنبیری سەرچـــاوەی خۆشـــی وناخۆشیشە.ڕۆشنبیری هەست و بیر تیژ دەکاتەوە و هەموو لایەنەکانی ژن و پیاو دەگرێتەوە.

تەنانەت لە سادەترین هەستدا، هەستی چێژ ئەو پیاوەی کە ڕۆشنبیر نە بووە زۆر گوێ بەوە نادات کە دەیخوات گرنگ ئەوەیە تۆزێ شیرین یا سوێر خوێ بێ، بەڵام شیرینی لای کەسی ڕۆشنبیر جۆرا و جۆرە و هەر کە زمانی لێ دا جیاوازی ی نێوانیانی بۆ دەردەکەوێت.

هەروەك چۆن دەرك بە جیاوازی نێوان ڕەنگەکان دەکات کە نەزان دەرکی پێ ناکات، چونکە نەزان تەنها جیاوازییە زەقەکان دەرك پێ دەکات سوری تۆخ، زەردی تۆخ نازانێ کە چەند جیاوازی تری هەیە لە نێوان ڕەنگەکەدا.

چاو ئەم کارە دەکا و دەرك بە جوانی دەکا لە ژیاندا، بۆیە دەبێ چاو ڕۆشنبیری ببێ، کەسی ناڕۆشنبیر سەیری ئاوێنە دەکا و تەنها لەشی خۆی تیا دەبینێ، بەڵام کەسی ڕۆشنبیر کاتێ لە خۆی دەڕوانێ ئەوا چەندێتی بەلاوە گرنگ نی یە بەڵکو چۆنیەتی و بایەخ بە جوڵە ئەدا نەك وەستان. لە هەرجێ یەك بڕوانێ جوانی و هونەری تیا دەبینێ، بەڵام نەزان لەناو باخچەی جوانیشدا دەخولێتەوەو پاشان بێزار دەبێت و دەڕوات.

دوو جۆر چاو هەیە یەکێکیان تەنها تیشکی سپی دەبینێ و ئەوی تریان وەك شەبەنگ شیی دەکاتەوە وەك پەلکە زێڕینە چەندین ڕەنگ دەبینێ.

ئەقلی ڕۆشنبیر و ئەقلی نەزان:

هەروەك چۆن تیژی لە بینیندا هەیە ئاواش لە ڕوانین دا، چۆن دەرك کردن لە بوونیادەکاندا هەیە ئاواش لەماناکاندا.

نەزان ئەقڵێکی هەیە کە کەم کاردەکات و جوڵەیەکی سادەی هەیە، بەڵام کەسی ڕۆشنبیر ئەقڵی هەیە کە زۆر کار دەکا و جوڵەکەشی ئاڵۆزە، لەشیش چێژ لە جووڵە وەر دەگرێ نەك وەستان، ئەقڵیش چێژ لە ئاقڵ بوون وەردەگرێ ، زۆر چێژ هەیە کەبە چێژی ئاقڵی ناودەبرێت. بۆنمونە کاتێ لەبەردەم پرسیارێکی بیرکاریدا دەوەستی شتێکی پەنهانی تیا دەبینی و هەوڵ ئەدەی کەبیری لێ بکەیتەوە و تاو توێی بکەی کاتێ کە دەگەیتە شیکارەکەی ئەوا دڵخۆش دەبی ڕەنگە لە خۆشیدا وەکو (ئەرخەمیدس) لەحەمام بێیتەدەرەوە بە ڕووتی و هاوار بکەی (دۆزیمەوە، دۆزیمەوە) ئەوەش بە یاسای (ئەرخەمیدس) ناسراوە.

کامەرانیی زانا و نەزان:

ئەوەی کە (ئەرخەمیدس) پێی گەیشتووە کامەرانییە لە بالآترین پلەی دا. بەڵام نەزان بە شێوەیەکی ڕووکەش و خێرا ڕۆژنامەکان دەخوێنێتەوە ئەویش شتە سادەکانی، بەڵام زانا کتێبەکان دەخوێنێتەوە بەدوای شیلەی ئەقڵ و بیری مرۆڤایەتیدا دەگەڕێ و هەمووی دەخاتە مێشکیەوە، بۆیە کاتێ کە دەڕوانێتە شتێك ئەوا بەچاوی هەزاران لەوانەی کە کتێبەکانی خوێندونەتەوە تەماشا دەکات. بەڵام لەگەڵ ئەمەشدا زۆر زانا و ڕۆشنبیر دەبینین کە ژیانیان ناخۆش بووە، ئەگەر چی ڕۆشنبیری هیوا بەخشە بەڵام ڕەنگە زەمان ڕێی نەدا و ئەویش بڵێ (ژیان بۆ نەزان خۆشە).

بە بڕوای من ئەو ڕۆشنبیرییەی کە ژیانمان ناخۆش دەکات ڕۆشنبیری یەکی ناتەواوە یان زانستێکی ناتەواوە و تەنها لایەنێکی

ژیانی ناسیوە و شتی تری بەسەردا تێپەڕیوە، ئەم سەرزەمینە کە بەندە بەیاسای خودایی و مرۆڤی یەوە، دەبێ کەهەموو ڕۆشنبیرێك لێی تێ بگات و هەوڵی گۆڕین بدات و خۆی لەگەڵی بگونجێنی، ئەمەش بریتی یە لە زانستی نوێ کە دەرئەنجامی دەست بەسەردا گرتنی سروشتە، یاسا مرۆڤانەکانیش بۆخۆیان ڕێکخستنی کۆمەڵایەتی ململانێی سیاسی و خۆبەخت کردنیان تیایە لەپێناوی بەرزی مرۆڤ لەم سەرزەمینەدا.

لێرەوە ژیان هەوڵە، هەوڵیش لای ڕۆشنبیر چێژە، جوڵەیە.

ئەو ڕۆشنبیرەی کەبەتەواوی ڕۆشنبیرە، بەهەست و ئەقڵ و دڵیەوە، کامەرانترین کەسە لەسەر زەویدا.

بەشی چوارەم
خۆگرتن ڕێگەی کامەرانی یە

جۆفەر ددلی دەڵێ:

(ئەگەر زریانێك هەڵکا و کەشتی یەك تێــك بشکێنێ، ئەوا کەشتی یەوانەکەی زۆر پەشێو و نیگەران دەبێ لەسەر ژیانی گەشتیارەکــانی و هاوکارەکانی و لەسەر ئەو شت و مەکەی کە تیایەتی و لەسەر کەشتی یەکەو لەسەر ژیانی خۆشی، بەڵام ئەگەر کەشتیەوانێکی کارامە بێ ئەوا هاوسەنگی خۆی لەم هەڵوێستەدا لەدەست نادات، ناشکرێ کە لەم بارەدا بە سارد و سڕی تاوانبار بکرێ: چونکە لە ڕاستی دا خوێنی قوڵپ ئەدا، بەڵام هەوڵ ئەدات کە خۆی بگرێ تا رکێفی ئەو هەڵوێستە نا خۆشە بکات).

خۆ گرتنیش وادیارە کە بەدەست خۆتە، بەڵام لە ڕاستی دا بەرئەنجامی مەشق و خۆڕاهێنانە، نموونەی ئەمەش ئەو ئەکتەرە لێهاتووەیەکە دەورێك دەبینێ، کەئەمەش لە ئەنجامی پڕۆژەیەکی دوور و درێژ و ماندوو کەرەوە هاتووە.

دەبێ ئەوەشمان لە بیر نەچێ کە کاردانەوەی سۆزداری خوە و ڕەنگدانەوەی ئەوەیە کە مرۆڤ فێری بووە و پێ ی گەیشتووە لە ڕێی ئەزموونەکانەوە، بەم پێیە خۆگرتنیش خویەکە کە دەکرێت مرۆڤ لەسەری ڕابێت.

ئەو کەسەی کەخۆی دەگرێ فێری ئەوە بووە کە دەست بە سەر هەست و سۆزی خۆیدا بگرێ.

کەواتە چۆن فێری خۆگرتن ببین؟

ئەمانە هەندێك پێشنیازن لەو بوارەدا:

پشت بەهێزی ئیرادە مەبەستە.

هێزی ئیرادە شتێکی بێکەڵك دەبێ ئەگەر شتێك نەبێ پاڵپشتی بکات.

بەتایبەتی ئەگەر دژی خەیاڵ و ئیدراك بێ، بۆ نموونە ئەگەر تۆ بتەوێ بەسەر تووڕەیی خۆتدا زاڵ بی کەچی خەیاڵ و ئیدراکت بیر لە تۆڵە بکەنەوە ئەوا لەو هەوڵەتدا سەرکەوتوو نابیت.

بۆیە دەبێ ویست و خەیاڵ لەسەر یەك ڕێچکە بڕۆن.

واتە ئەو مرۆڤە بیت کە دەتەوێ ببی، ئەو مرۆڤەی کە سەرسامە بەهێزی و بەدەست بەسەراگرتنی سۆزەکانی و هەمیشە ئەم وێنەیەت لەبەرچاوبێ، دەبینی کە ئەمە کار لەڕەفتارت دەکات.

هەوڵ بدە لەو هەڵوێستانە دورکەویتە وە کەسۆز دەوروژێنن: ئەگەر دەتەوێ خۆت بگریت ئەوا باشتر وایە کە لەو هەڵوێستانە دورکەویتەوە کە هەست و سۆزت دەوروژێنن بەلاّم لە هەمان کاتدا دەبێ هەوڵ بدەیت بۆ گەیشتن بەو دەرفەتەی کەیارمەتیت ئەدا لە پێکهێنانی ئەو ڕەفتارەی کەدەتەوێ دروستی بکەی، ئەدیبێکی بەناوبانگ ووتویەتی: (لەجیهاندا چەندین شت هەبوون بەر لە ڕووداوەکانی ئەمڕۆ، هەر دەشمێننەوە لەدوای ڕوداوەکانی سبەینێش، خۆرهەلاّتنی قەشەنگ و خۆرئاوابوونی سەرسامکەر، مندالاّن کە یاری دەکەن، زەردەخەنەی ژنێکی جوان، وێنە جوانەکان، مۆسیقای بەسۆز، کاری چاك،

بەسەربردنی کاتێکی خۆش لەباوەشی سروشتدا، لەبەرئەوە نەکەی شتێکی ناشرین یا خراپ یا سەخت یا نەزۆك پەسەند بکەی دەبێ هەوڵی ئەوە بدەی کە جوانە و هەموو ئەوشتانە باشتر بکەی کەدڵخۆشکەر و بەسود و بەرهەمدارن).

ئەو وەرزشە بکە کە لەبارە بۆت:

ئەم ئامۆژگاری یە دەگەڕێتەوە بۆ زانای بەناوبانگ (ولیام جیمس) کە دەڵێ: کاتێ مرۆڤ توڕە دەبێ و هەڵدەچێ، ئەوا مشتەکانی توند دەبن و دەنگی گڕ و بەرز دەبێ و دەمارەکانی گرژ دەبن و لەشی ڕەق دەبێ، دەکەوێتە بارێکی دەرونی واوە کە ئامادەی شەڕە و ئەدرینالین دەرژێتە لەشیەوە.

ئەمەش هەمان ئەو بارەیە کە تووشی کەسێکی کێوی دەبێ کاتێ هەڵدەچێ، بۆیە دەبێ کە گڕی ئەم هەڵچونە بەساردی کپ بکرێتەوە، مەهێڵە مشتەکانت توند بن و پەنجەکانت درێژ و بڵاوکە، هەوڵ بدە کە دەنگت نزم کەیتەوە، هەوڵ بدە ڕابکشێ ی یادانیشی و بەمەش ئەو سەرشێتییەت هێور دەبێتەوە.

سینەت خاوێن بکەرەوە لەو شتانەی کە پەستت دەکەن:

لاوێك ووتی: (هەندێ لەو شتە هیچانەی کە بەئەنقەست دەکرێن هەستێکی ناخۆشم لا دروست دەکەن، کە بەچەندین ڕۆژ ئەنجا ئەتوانم بەسەریدا زاڵ بم)، ئەم لاوە ئەگەر ئەوەی لەناخی دایە بۆ هاوڕێ یەکی دڵسۆزی خۆی باسی بکات ئەوا ئاسانتر ئەمە تێدەپەڕێنێ.

پیاوێکی بەئەزمونیش دەڵێ: (باشترین ڕێگە بۆ دەروازبوون لە پەستی و نیگەرانی ئەوەیە کە کاغەز و قەڵەمێك بێنی و لەسەری بنووسی: من پەستم، بۆچی؟

پاشان هۆی ئەم پەستی یە بنوسێ و پرسیار بکات و وەڵام بداتەوە تا دەگاتە هۆی سەرەکی، ئەو کاتەش ئەقڵ بەهێمنی چارەسەری کێشەکان دەکا.

بە دووبارەکردنەوەی ئەم شێوازەش مرۆڤ فێر دەبێ کەدەست بەسەر هەست و سۆزی خۆیدابگرێ.

باس لە خەمەکانی خۆت بکە:

ئەمە سروشتێکی مرۆڤانەی کۆنە، چەندین کەس هەن کەدەڵێن: (ئاخ خۆزگە یەکێك هەبوایە تا دەردی دڵی خۆمم بۆ باس کردایە) چونکە قسەکردن مۆرکێکی ناخی مرۆڤە، ئەگەر مرۆڤ هاوڕێیەکی بەسۆزی هەبێ تا دەردی دڵی لا هەڵبڕێژێ، ئەوا بارێکی قورس لەسەر شانی خۆی لا ئەباو هەڵچونی ناخی هێور دەکاتەوە.

یەکێك لەو کەسانەی کەچارەسەری خۆگرتنی دەروونی کردووە دەڵێت: ئەم شێوازانە پەیڕەو بکە: (من گیرۆدەی هەڵچون بووم،بەلام ئێستا گۆڕاوم و دیدگاشم بۆژیان گۆڕاوە، من ئێستا دنیا بەچاوێکی گەشەوە دەبینم و زیاتر بڕوام بەخۆم هەیە و ئاسودەترو ئارامترم) ئەگەر ئەم پیاوە توانیبێتی کە هەست و سۆزی خۆی کۆنترۆڵ بکات ئەوا گومانی تێدا نییە کەتۆش دەتوانیت ئەمە بکەیت.

بەشی پێنجەم

با بەژیان دڵخۆش بین

پەند وەرگرتن لە هەڵوێستە دژوارەکان:

هاوڕێیەکم پێی وتم (من گەورەترین پەند لەژیانما لەڕوداوێکەوە وەرگرتووە لەشەڕێکدا، کاتێك کە لەژێردەریاییەکی جەنگیدا کارم دەکرد لەنزیك دورگەکانی هیندی و چینی لەگەڵ تیپێکی سەربازی کە لە (٨٨)هەشتاو هەشت سەرباز پێك هاتبوو. ڕۆژێکیان لەپڕدا هێزێك پەلاماری داین کەلە ئێمە زیاتر بون و فڕۆکەیەکی ژاپۆنی شوێنەکەی دۆزینەوە، ئێمە لەقولأیی (٦٧) شەست و حەوت پێدا بوین لەژێر دەریادا، بۆیە بەخێرایی ئەو هێزە هاتە سەر مان تا لەناومان بەرن، بۆیە ناچار بوین سەدو پەنجا پێ ڕۆبچین و ڕوناکیەکانمان کوژاندەوە و لەگەڵ گشت ئامێرەکاندا، زۆری پێنەچوو بۆمبا دەستی کرد بەتەقینەوە بەدەورماندا) نەمان دەتوانی هیچ بکەین لەدژی ئەم پەلامارە خێرایە و چاوەڕێی مەرگ بوین لە هەر ساتێکدا، گەرمایی ژێردەرییاییەکەش گەیشتە (١٠٠٥) سەد پلە لە ئەنجامی کوژاندنەوەی پانکەکانی سارد کردنەوەدا، لەگەڵ ئەوەشدا لەرزمان لێهاتبوو دەتوت لە پلەی ژێر سفر داین.

هێرشەکە (١٥) پازدە سەعاتی خایاند کە بە پازدە ملیۆن ساڵ لێما ڕۆشت.

ئەم دیمەنانە بەبەر چاومدا تێپەڕی بەهێواشی و بەخێرایی تیایدا هەموو ئەو شتە خراپانەشم بینی کە لەژیانی ڕابوردومدا ئەنجامم دابون.

من پێش ئەوەی بچمە سوپاوە ژمێریار بووم لە بانق، هەمیشە بێزاری خۆمم دەردەبڕی لەماوەی کارکردنم لە شوێنی ئیشەکەمدا و بەموچە کەمەی کە وەرم دەگرت و لە بێ ئومێدیم لە چاککردنی باری گوزەرانم، ئەو دەمە چەند لام ناخۆش بوو کە نەم دەتوانی خانوو یەك بکرم یا سەیارەیەك یا دیاری یەك تا پێشکەشی هاوسەرەکەمی بکەم لە یادی لەدایك بوونیدا.

ئای چەند ڕقم لەبەڕێوەبەرەکە دەبویەوە، کە بێ هۆ سەرزەنشتی دەکردم و هەموو ڕۆژێ بەپەستی و تووڕەیی وە دەگەڕامەوەماڵەوە و لەگەڵ ژنەدا ماوەکەم بەشەڕ ئەهاتم لەسەر شتی هیچ.

هەموو ئەم شتە قۆڕانەی ژیانی ڕابووردوم هاتەوە پێش چاو لەو دەمەدا کەمن چاوەڕوانی مردن بووم لەگەڵ هاوڕێ کانمدا هەموو ئەمانەم لەلا هیچ بوو لەو کاتەدا کە بۆمبا لە دەورمان دەتەقیەوە، بۆیە بەڵێنم بەخۆم دا ئەگەر مام ئەوا بایەخ بەم شتە هیچانە نادەم، دوای ئەوەی کە ڕزگارمان بوو، ئەم بەڵێنەم لەیاد نەکرد و زۆر سودم لێ بینی لە ژیانی داهاتوومدا، لەڕاستیدا ئەوەندەی لەوساتە تۆقینەرانەوە شت فێر بووم ئەوەندە لە خوێندنی زانکۆ و خوێندنەوەوە فێر نەبووم.

لەڕاستیدا ئێمە ئازایانە بەرەنگاری زۆر کێشەی گەورە دەبینەوە لەژیانماندا، بەلام ڕێگە بە هەندێ شتی پوچ و بچوك دەدەین تاژیانمان تاڵ بکا.

(سەمویل بیس) دەڵێ، جارێکیان زەلامێکم دی کە حوکمی لەسێدارەدانی درابوو، زۆر بەهێمنی سەرکەوتە بەر پەستی سێدارەکە، کاتێك کە لێیان پرسی ئێستا هەستت چی یە؟ ئەویش لە وەلامدا دەڵێ: من گوێ بەمردن نادەم بەڵکو پێشوازی لێ دەکەم، بەلام هەر کەپەتەکە کرایە ملی دەستی کرد بە گریان و پارانەوە، داوای لەوانەکرد کە فەرمانەکەیان جێ بە جێ دەکرد کەبە هێواشی پەتەکە بخاتە ملی تا ئەو زیبکەیەی ملی ئازاری نەدات.

(بیرد) یش باس لەو هاوڕێ یانەی دەکا کە لە گەشتەکەی بۆ ناوچەی جەمسەری بەستەك لەگەڵی بوون و چەندە بە تەحەمول و بەئارام بوون لە برسێتی و سەرمادا، بەلام زۆر جار ناکۆکیان تێ کەوتووە لەسەر ئەوەی ئەگەر یەکێکیان لەجێ ی ئەوی تریان دانیشتبێ، یا بەرقەوە داوای شتێکی لێ کردبێ، یا پارچەیەك نانی گەورەتری بردبێت، لەو بارەیەوە (بیرد) دەڵێ: (من لەوە نەدەترسام کە بەهۆی ئەو دژواری یانەوە گەشتەکامان سەرکەوتوو نەبێ ئەوەندەی لەو شتە بچوك و هیچانە دەترسام.

هۆیەکانی سەرنەکەوتن:

گومانی تیانییە کە سەرنەکەوتن لە زۆر لەو کارە پڕۆژانە دا کەسەرکەوتنی پێویستی بەهاوکاری هەیە، دەگەڕێتەوە بۆ شتی زۆر پڕو پوچ، کە ڕەنگە مرۆڤ خۆی دوایی پێکەنینی پێ یان بێت.

شتێکم دەربارەی دادوەرێك خوێندەوە کە دەڵێ: لە ماوەی (٤٠) چل ساڵدا هەزار کێشەی ناکۆکی هاوسەرایەتی هاتۆتە بەردەم و بۆی

دەرکەوتووە کە بایەخ دان بە شتە پڕوپوچەکان سەرچاوەی هەموو ئەو ناکۆکیانە بوون.

هەروەها سەبارەت بە دادوەرێکی تر کەدەڵێ نیوەی ئەو کێشەی ئەو تاوانانەی کە هاتوونەتە بەردەمی لە ئەنجامی هیچەوە بوون وەك مشت و مڕێك لەیانەیەکدا، یا لەسەر پارەیەکی کەم یا بەهۆی قسەیەکەوە یا جوڵەیەکەوە بووە.

ئەگەر ئەم شتە هیچانە بە هێمنی و دانایی و دووربینانە چارەسەر بکرایە ئەوا هیچ ڕووی نەئەدا، بەڵام لەبەرئەوەی زۆربەی مرۆڤ لوت بەرزی و خۆپەرستی و پەلە پەلیان تێدایە، ئەوا هەر دەبێ ئەو شتانە زل کەن و ئەو پزیسکە بچوکە بکەنە گڕی ئاگرێك.

(مستر ڕۆزفێلت) سەبارەت بەم شتانە نووسیویەتی: (لە یەکەم مانگەکانی ژیانی هاوسەرێتیم دا، چەندین سەعات مات و تووڕەدەبووم، چونکە چێشت لێنەرەکە خواردنەکەی باش نەکردبوو یا جۆرێك خواردنی پێش ئەوەی پێشکەش کردبوو.

بەڵام ئێستا ئەگەر شتێکی وا ڕو بدات ئەوا شانم هەڵدەتەکێنم و خۆم دەگرم و دەڵێم: نا هەڵناچم و تووڕەش نابم، گەمژەییە ئەگەر دەماری خۆم ماندوو بکەم و ژیانی تاڵ بکەم بەهۆی شتێکی هیچەوە تەنها ئەوەندە نەبێ کە بەهێمنی چێشت لێنەرەکە لە هەڵەکەی خۆی ئاگادار دەکەمەوە).

جارێکیان لەگەڵ مێردەکەمدا بانگێشت کرابووین بۆ نانی ئێوارە لە ماڵی هاوڕێ یەکمان، لەو کاتەدا چێشت لێنەرەکە هەڵەیەکی کرد لە ڕێك خستنی خوانەکەدا، من خۆم تێبینی ئەوەم نەکرد بەڵام کەیبانوو لەسەر ئەمە لێی تووڕە بوو و قسەی پێ ووت، وام لێهات

کە پێم ناخۆش بوو نانێکی ووشك بخۆم بەڵام لە کەشێکی هێمندا ئەوەك خۆشترین خواردن لە و هەراو بەزمەدا.

ئەم جارەیان ئێمە هەندێك هاوڕێ ی خۆمان بانگێشت کرد بۆ خوانی ئێوارە، پێش ئەوەی لەسەر خواردنەکە دابنیشن، ژنەکەم تێبینی ئەوەی کرد کەسێ سفرە لە سفرەکان لەگەڵ ڕەنگی ڕوو پۆشی مێزەکەدا ناگونجێ، بۆیە خێرا چوومە لای چێشت لێنەرەکەولێم پرسی ئەمە بۆ وایە ئەویش پێ ی دەڵێ کەئەو سێ سفرەیە بەهەڵە نێراون بۆ ئوتوو کاتیش نیە تابیان هێننەوە.

من بەم کەین و بەینەم نەزانی و تێبینی هیچم نەکرد تا نانی ئێوارە خورا و میوانەکان ڕۆشتن و ژنەکەم پێ ی ووتم: (لەوکاتەدا هەردوو چاوم پڕبوو لە ئاو و زۆر لە چێشت لێنەرەکە تووڕە بووم، بەڵام بە خۆما چومەوە و خۆم گرت و ووتم با ئەم هەڵە بچوکە بێ هەرا تێ پەڕێ و بەڕوخۆشی یەوە هاتمەوە لای میوانەکان، با پێم بڵێن گوێ پێنەدەر و ڕەزیلە باشتر لەوەی پێم بڵێن بێ مێشك و بێ ئسوڵە.

یەکێ لە ووتە بەنرخەکانی (دزرائیلی) ش دەڵێ: (ژیان لەوە کورت ترە تا مرۆڤ بەشتی پڕوپوچەوە بەسەری ببات).

(ئەندرێ) سەبارەت بەو ووتویەتی: (ئەم ووتەیەی دزرائیلی یارمەتی داوم لە تێپەڕاندنی چەندین بار و دۆخی ناخۆشدا، ئێمە زۆر جار ڕێگە بە خۆمان ئەدەین کەلەسەر شتی هیچ تووڕە بین کە دەبوایە فەرامۆشی بکەین و بایەخی پێ نەدەین، تەمەن هەرچەندە درێژ بێت هەر کورتە، بەڵام لەگەڵ ئەمەشدا ئێمە کاتێکی زۆر لەبیر کردنەوە لە شتە هیچەکان بەسەر دەبەین، ئایا باشتر نیە کە کاتە

کورتەکانمان بەئەنجامدانی کاری چاکەوە بەسەر ببەین و بیر لەشتی بەسود و خزمەت گەیاندن بەوانی تر بکەینەوە.

لە دامێنی چیایەکی بەرزدا لە ئەمریکا، پاشماوەی درەختێکی کۆن هەیە زاناکانی ڕووەك ناسی دەڵێن کەنزیکەی (٤٠٠) چوارسەد ساڵ ژیاوە و تووشی زریان و هەورە بروسکە بووە و بەرگەی هەمووی گرتووە، کەچی لەم ماوەی دواییەدا کۆمەڵێ قالۆنچە دەوریان داوە و ناوی و کلۆریان کردووە و بەمەش شکاوە، ئەو قالۆنچە بچوکانە کە منداڵێك دەتوانێت پانیان بکاتەوە ئەو دارە زلەیان خستووە.

ئایا ئێمە هەموومان وەك ئەو دارە زلە نین، کەزۆر جار دەتوانین بەرگەی زریانی بەهێز بگرین، بەڵام ڕێگە بە (قالۆنچە) ی خەم ئەدەین تادڵمان بخوا و تێکی بشکێنێ، بۆیە بەرلەوەی کە خەم تێکت بشکێنێ تۆ ئەو تێك بشکێنە، هەوڵ بدە کە بە شتە هیچەکان پەست نەبی و زۆر بایەخی پێنەدەیت و هەمیشە ئەوەت لەبیر بێ کەژیان زۆر لەوە کورت ترە کەمرۆڤ لەشتی هیچدا بەسەری ببات.

بەشی شەشەم

ڕێگەمان بەرەو کامەرانی

بنەماکانی تەڕدەستی:

دکتۆر ولیام ڕاملی دەڵێ: هەمووان دەیانەوێ کەلەژیانـدا سەرکەوتووبن بەڵام هەندێك سەرکەوتوو دەبن و زۆر بەیان شکست دێنن، ئایا هۆی ئەمە چی یە؟

هەر لە کۆنەوە مرۆڤ سەرقاڵی ئەوەیە کە پێوەرێکی وورد بدۆزێتەوە تا خەڵکی پێ بپێوێ، یا خۆی پێ بپێوێ، تابتوانێ بەباشی هاوڕێکانی یاهاوسەرەکەی یا شوێنی کارەکەی هەڵبژێرێ، ئەگەر بچینە لای زانا و دەروونناسە هاوچەرخەکان ئەوا هیچ پێوەرێکیان لانیە کەلە تەڕدەستی یا (ڕەفتاری زیرەکانە) ورد تر بێ.

کەسی تەڕدەست ئەوەیە کەبەهۆی ڕەفتارییەوە لەژینگەیەکی دیاری کراودا دەتوانێت کە ئەوکێشانە چارەسەر بکات کە دێنە ڕێ ی.

من خۆم لە لیژنەیەکدا بەشدار بووم کە سەبارەت بە لێکۆڵینەوەی کێشەی ژینگەکان و هۆیەکانی سەرکەوتنی خەڵك بوو، لە ئەنجامی ئەو لێکۆڵینەوە دوورو درێژەدا بۆم دەرکەوت کە تەڕدەستی سێ بنەمای سەرەکی هەیە:

یەکەمیان بریتی یە لە حەزی ئەو کەسە بۆ چارەسەرکردنی کێشە.

دووەمیان بریتی یە لە تواناى بۆ چارەسەرکردنی.

سێ یەمیشیان بریتی یە لە بەتوانایی لە چارەسەر کردنی ئەو پەیوەندی یە مرۆڤایەتیە ئالۆزانەی کە بەوکێشەیەوە پەیوەستن.

بەلام ڕەنگە گرنگترین هۆکار بریتی بێ لە چاک تێ گەیشتن لە خەڵك بەشێوەیەکی گشتی، تا بتوانیت کە لەوانەی دەوروبەرت تێ بگەیت هەموو مرۆڤێکیش لە منداڵیەوە تا دەمرێ حەزی لەوەیە کەخۆی بەخەڵکانی تر بەراورد بکات شێوەی تێگەیشتن مان لەخەڵك بڕیاری ئەوە ئەدات کە ئایا ئێمە تاچەند لە کارەکەماندا سەرکەوتوین، ئایا سەرۆکەکەمان باش هەڵدەبژێرین یا هەر چەپۆکەی کەسێك دەبین کە هەر سەرکەوتوومان دەکا و خۆی بەهەموو شتێك دەزانێ و ئەوانی تر دەتۆقێنێ و نایەڵێ بجوڵێنەوە.

هەروەك شێوەی تێگەیشتنمان ڕادەی سەرکەوتنمان دیاری دەکات لەهەڵبژاردنی هاوسەرەکەماندا بۆ پێکهێنانی خێزانێکی بەختەوەر. هەروەها ڕادەی سەرکەوتنمان دەردەخات لە هەڵبژاردنی ئەو هاوڕێ یەدا کە هاوکارە پشتیوانمانە لە گەیشتن بەئامانجەکانی ژیانمان. ئەگەر سەیری هەرسێ بنەماکەی تەڕدەستی بکەین ئەوا دەبینین کە خەڵك دەکات بە حەوت جۆرەوە:

جۆری یەکەم ئەو خەڵکانەن کە توانای چارەسەر کردنی کێشەکانی ژینگە یەکیان هەیە بەلام حەز و توانای ئەمەیان نیە، زۆر بەی سەرنەکەوتووەکانیش لەم جۆرەن، من وێنە کێشێك دەناسم کەزۆر بلیمەتە، بەتایبەتی لە نەخشەکێشانی ڕیکلامدا، بەلام کە یەکێ دەچێتە لای تا کارێکی بۆ ئەنجام بدات ئەوا سەری هەڵنابڕێ و تەماشای ناکات،چونکە پێ ی وایە کە ئەو بۆ هونەرێکی بالا دروست بووە، بۆیە حەز بەکارەکەی ناکات و حەز ناکات بەگەرمی پێشوازی

لە مشتەری یەکانی بکات، لەئەنجامدا نە لە ئیشی بازرگانیدا سەرکەوتوو بوو نە لە هونەری بالآدا، چونکە بەتەواوی حەزی بەکارەکەی نەکردووە.

جۆری دووەمیش لەخەڵك ئارەزووی ئەوەی هەیە کە کێشەکانی ژینگەیەك چارەسەر بکات، بەلآم توانای ئەمەی نیەو، ناتوانێ کە هەڵسوکەوت لەگەڵ ئەو کەسانەدا بکات کە پەیوەستن بەم کێشەیەوە.

زۆربەی ئەو لاوانەی کەتازە لە پەیمانگا و خوێندنگەکان دەرچوون لەم جۆرەن و سەرکەوتوو نابن ئەگەر لە جێی خۆیان بەرزنەبنەوە. چونکە بەتەنها حەزی سەرکەوتن، سەرکەوتن بەدەست ناهێنێ، ئەگەر توانا و تێگەیشتن لە خەڵکی لەگەڵ نەبێ.

زۆر کەس هەن کە حەز دەکەن ببنە ئەستێرەی درەوشاوەی شاشە بەلآم بەهرەی هونەری تیا نیە و نازانن

کەچۆن هەڵس و کەوت لەگەڵ کارسازانی ئەو بوارەدا بکەن، کەچی بێزار دەبن ئەگەر خەڵك گومانیان هەبێ لە تواناکانیان یا دانیان پێ دا نەنێن .

٣- جۆری چوارەمیش توانای هەڵس و کەوت و تێ گەیشتن لە خەڵکی هەیە بۆ چارەسەر کردنی کێشەی ژینگەیەك، بەلآم ئارەزووی ئەمەی نیە زۆرینەیەکی زۆر سەر بەم تەرزەن، کەسەرکەوتنێکی گەورە لە هیچ شتێکدا بەدەست ناهێنن، ملیۆنان کەس هەن کە لە کار و فرمانەکانیدا دەمێننەوە، نەك لەبەرئەوەی کارامەن یا حەزیان لەوەیە، بەڵکو لەبەر ئەوەی کە خەڵك حەز بە هەڵس و کەوتیان دەکەن، زۆر بەی دەزگاکان جمەیان دێ لەم جۆرەکەسانەو دەتوانیت کەسود لە ڕاژەی

زۆریان وەربگرێ ئەگەر شتێکیان بەیتێ، بەڵام ناگەنە شتێکی گرنگ لە ژیانداو لەئەرکە گەورەکاندا پشتیان پێ نا بەسترێ.

٤- جۆری چوارەم بریتی یە لەو خەڵکانەی کە توانای چارەسەری کێشەکانی ژینگەیەکی هەیەو حەزی بۆ ئەش هەیە، بەڵام توانای باشی لێکگەیشتنی نیە لەگەڵ ئەو کەسانەدا کەپەیوەستن بەم کێشەیەوە، ئەم جۆرە کەسانە ئەوانەن کە پێیان دەڵێن (شارەزا هونەریەکان) هەریەکەیان لەو ئەستێرەکشاوە دەچێ کە پێش زەمەن دەکەێ و زۆر شتی نوێ دەخاتە سەر بواری زانستی یا پیشەسازی یا کارگێڕی، بەڵام بۆ خۆی دەسوتێ و لەبەری کارەکەی ناخوات چونکە باش لەخەڵك و سەردەمەکەی نەگەیشتووە.

من خۆم پارێزەرێکی لەم جۆرە دەناسم، هیچ کەلێنێك نیە لە لۆجیکەی کە بەکار دێنێ و لەبەرگریدا و ئارەزوویەکی بە هێزیشی هەیە بۆ بردنەوەی، بەڵام زۆر کێشەی دۆڕاندووە، چونکە باش لە ئەقڵی دادوەرەکان نەگەیشتووە و زۆر گۆشەی مرۆڤانەی فەرامۆش کردووە کە بەکەم نرخی زانیوە کەچی ئەمەی تێك شکاندووە.

زۆربەی ئەم شارەزایانە دەبەزن لەبەر هەڵەی کارەکانیان نا بەڵکو چونکە باش لە هۆکاری مرۆڤانە ناگەن و مافی خۆی نادەنێ لەبیر کردنەوەکانیاندا و هەوڵ نادەن کەئەوانیش بەلای ئەواندا کشان و لەکاتی کارکردنیاندا ئەوەیان بیر دەچێ کە ئەو کەسانە چەند گرنگ و بەبایەخن.

جۆری چوارەم بریتین لەو کەسانەی کەتوانای چارەسەر کردنی کێشەی ژینگەییان هەیەو باش لە خەڵکیش دەگەن و چاکیش هەڵس و کەوتیان لەسەر دەکەن، بەڵام ئارەزوی دۆزینەوەی ئەو چارەسەرەیان

نیە ئەمە ئەو کەسە خۆشمەعشەرانە کەتوانایەکی هونەری بەرزیان هەیە بەڵام بەلامانەوە سەیرە کەبۆچی ناویان دەرنەکەوتووە، چونکە لە ڕاستیدا وەك پێویست بایەخ بە ئامانجێکی دیاری کراونادەن و ئامادەنین کەلەپێناوی شتێکدا هەوڵ بدەن، زیرەك و بەتوانان و باش لەخەڵك دەگەنا بەڵام هیمەت و ئازایەتیەکی هاندەریان نیە.

جۆری شەشەم حەزی لە چارە سەرکرد نی کێشەکانەو توا نا ی تێگە یشتنی کە سانی پەیوەست بەکێشەکەشی هەیە،بە لام توانای بابەتیی دۆزینەوەی ئەو چارەسەرەی نیە،زۆر بەی خا نمە هاوچەرخەکان لەمانەن، کە مێردەکانیان خۆشی دەوێ و حەز دەکەن کە دڵخۆشیان کەن، بەڵام نازانن کەچۆن ماڵ ڕێکخەن و بودجەی ماڵ ڕاگرن و خواردن دروست کەن.

زۆر بەی ئەوانەی کە لەڕێی هەڵبژاردنەوەی دەگەنە پلەو پایەکان لە وولاتە دیموکراسی یەکاندا، پەیوەندی یان لەگەڵ خەڵك باشە و ڕۆح و سوکن و ئارەزووی ئەوەیان هەیە بەو ئەرکانە هەستن، بەڵام لەڕووی هونەری و ئەقلی یەوە لە ئاستی پێویستیدا نین بۆ جێ بەجێ کردنی ئەوکارانە.

بۆیەلەکاتی بانگەشەی هەڵبژاردن زۆر بەڵێنی زلمان گوێ لێ دەبێ کەچی کە هەڵبژاردن کۆتایی دێ نایەنە دی، ئەمە لە نیاز خراپی یەوە نیە لە کەمی توانایيەوەیە.

٧- جۆری حەوتەم بەڕاستی کەسانی بەختەوەرن، کە توانای چارەسەری کێشەکان و ئارەزووی ڕاستگۆیانەی دۆزینەوەی ئەو چارەسەرەیان هەیە و هەروەها باش لەو خەڵکانە دەگەن کەبەوکێشەیەوە پەیوەستن و چاك هەڵس و کەوتیان لەگەڵ دەکەن.

ئێمە نالێین کە ئەم جۆرەکەسانە بەشێوەیەکی نمونەی هەن بەلاّم پێمان وایە کە هەندێك کەم و کوڕی لە لایەنێکدا باشترە لە نەبوونی و ئەمەش قابیلی چاککردنە بە بوونی ئارەزوو ڕەخنە لە خۆگرتن. لە خۆشبەختیماندا ئێمە لەسەردەمێکداین کە گیانی هاوکاری تێدایە ئەوەی کە هەندێ لایەنی تیانیە دەبێت دیاریی بکات و لەڕێ ی هاوکارێکی بەهرەمەندەوە ئەولایەنە پڕبکاتەوە.

ئەنجامەکانی لێکۆڵینەوەی پەیوەندی نێوان تر و تەڕدەستی:

ئەگەر کەسێك دڵنیا بێت لەوەی کە دەسەلاّتی هەیە بەسەر کێشەکانی ژینگەکەیدا و توانای چارەسەرکردنیانیشی هەیە ئەوا ناترسێ و نیگەران نابێ، کاتێك هەست بەمە دەکات کە لە ناخەوە هەست بە توانایی بکات .

لەمەو پێش وترا کە تەڕ دەستی بریتی یە لە سەرئەنجامی سەرکەوتن لە چارەسەرکردنی کێشەکانی ژینگەکەیدا و سێ بنەمای هەیە.

ئارەزوی چارەسەر کردنی کێشەکان.

توانای دۆزینەوەی ئەو چارەسەرە.

توانای لێك گەیشتن لەگەڵ ئەوانەی کە جێ بەجێ کردنی ئەو چارەسەرەیان لەدەست دایە.

لەم سۆنگەیەوە سەرکەوتن یان ترس لە سەرکەوتن یا بەرئەنجامی کەمی ئارەزو یا توانا یا لە خەڵك نەگەیشتنە، ئەمەش سەرچاوەی ئەو ترسانەن کە دەکرێ دروست بێن.

لێـرەوە لـە ئـەنجامی لێکۆڵینـەوە لـە تـرس و پەیوەنـدی ی یـە تەندروستی یەوە دەگەیەنە چوار ئەنجام:

تـرس لـە ژیـانی ڕۆژانەمانـدا لـە چـەندین شـێوەدا خـۆی دەنـوێنیٚ، لەوانە گۆڕینی میزاج و پەستی ی پەنهان و گرژی دەمارەکان و هەست کردنـی گـشتی بەکـەم توانـایی و خـەوالّویی، یـان لـە شـێوەی پـەك کەوتنێکی گشتی لەبیر کردنەوەی ڕێکخراودا دەردەکەویٚ.

زۆر بـەی ترسـەکانمان نەسـتین و ناشـزانین کـە پەشـێوی بیرمـان لـە ترس و نیگەرانیەوە سەرچاوەی گرتووە.

زۆر بەی خەڵك حەز ناکەن کە لەبەردەم خۆیدا یان کەسانی تـردا دان بەوەدا بنێن کە لە شتێك دەترسن و ناشزانن کە ڕوەنگە تـرس سـودێکی باشـی هــەبێت بۆیــان بــەوەی کــە زەنگێکــی ئاگــادار کــەرەوە یــە بۆ ئەو مەترسیانەی کەلە ژینگەدا خۆیان مەلاّس داوە.

هیچ کەسێك نیە ڕۆژێك لە ڕۆژان ترس دای نەگرتبیٚ و نا شتوانرێت کە تـرس لـە دەرونـی هـیچ مرۆڤێك دەر بهێنرێت، چونکە ئەستەمە کە کەسـێك هــەبیٚ بتـوانیٚ بەتــەواوی و لــە هــەموو ڕویەکــەوە کـۆنترۆڵی ژینگەکەیخۆی بکـات جا لەشـوێنی کـاردا بێـت یـا لەماڵـەوە یـا لـەناو هــاوڕیٚ کانیــدا. تەنانــەت پێغەمبــەرانیش تووشــی کێــشە بــوون لــە کۆمەڵگاکانیدا.

کاتیٚ مرۆڤ هەست بە ترسێکی نەستی دەکات لـە ژینگەکـەیدا، ئـەوا یەکـەم کاردانـەوەی هەلاّتنـە لـەو ژینگەیـە کـە ترسـەکەی بـۆ دروسـت کردووە، ڕاکردنیش جۆری زۆرە لەوانەیە چالاکیەکی زۆر یا یاری زۆر چونکە سەرقاڵی کـار خـەم و نیگـەرانیی لـەبیر دەباتـەوە، هـەروەها لـوت بـەرزی و دان نـەنان بـە ترسـدا و یـا خواردنـەوەو بـیٚ هۆشـکەرەکان

زۆربەی ئەوانەی کە نەخۆشی دڵیان هەیە و لوت بەرزن خودەدەنە یاری گۆڵف و تێنس !، ئینکار کردنی مەترسیەکان وەك ئەو نەعامەیە وایە کەسەری خۆی لە خۆڵدا نقوم دەکات تا ڕاوچی نەیبینێ کەچی تفەنگەکەی بۆی لەبۆ سەدایە.

تەنانەت ئەگەر کەسێکیش دەرك بە سەرچاوەی ترسەکەی بکات ئەگەر نەزانیکە چۆن بەرەنگاری دەبیتەوە، ئەوا ئەمیش دیسان هەر هەڵدێ لەبەری.

خراپترین ئەنجامی ڕاکردن لە بەرپرسیارێتی، ئەوەیە کە هێورکەرەوەیەکی کاتی یە و دواتر کێشەکە تەشەنە دەکا و چارەسەر ناکرێ، بۆیە تەڕدەستی بە هەرسێ بنەماکانیەوە باشترین پەنایە لە ترس و دور لە لوت بەرزی.

تەڕدەستی زامنی ترسە:

تەنها تەڕ دەستی دەتوانێ کە لە ترس بەدوورمان بکات، بەهۆی ئەو شتانەیەوە کە بەرە و چارەسەری کێشەکانی ژینگەکەمان ئاڕاستەمان دەکا.

کە ئەوانیش بریتین لە سێ هەنگاو کەبەبێ ئەوانە لە ترس قوتارنابین:

١. یەکەم هەنگاو کەدەبێ بیگرینە بەر لەوکاتەدا هەست بە شێوەی یەکی نادیار دەکەین، ئەوەیە کە بە دوای سەرچاوە کەیدا بگەڕێین، تا بزانین کەی و لەکوێ ترسەکە ڕووی داوە و تەوەر و مەودای ڕاستەقینەی چی یە ؟

٢. هەنگاوی دووەمیش ئەوەیە کە سەیری هەرسیَ سەرچاوەکەی ئەو ترسە بکەین کە بریتین لە کەمیی ئارەزوو، یا توانا، یا لیَك گەیشتن و لەخۆمان بپرسین کام لەم بنەمایانە هۆی سەرنەکەوتنمان لە چارەسەری ئەو کیَشەیەدا.

٣. هەنگاوی سیَیەم و کۆتاییش ئەوەیە کە بڕیاری ئەوە بدەین کە بەدیمان هیَناوە لە هۆی سەرکەوتنەکەمان و ئایا دەمانەویَ کە هەوڵی چاك کردنی ئەو کەم و کوڕی یە بدەین، یا ئەوپەڕی هەوڵی خۆمان دەخەینە گەڕ بۆ پاشەکشیَ ی هەتایی لەو ژینگە نیگەرانیە.

ڕەنگە کاریَکی ژیرانە بیَ ئەگەر هەندیَك جار کەسیَك ژیانی خۆی لەو بوارانەدا چڕ بکاتەوە کەلە خۆیی ڕادەبینیَ و قەرەی شتی تر ناکەویَ.

مەرەکەبی زۆر ڕژاوەتەوە سەر کاغەز لە بابەتی ترس و نیگەرانیدا و ئامۆژگاری و ڕیَنمایی زۆریش کراوە بۆ چاکسازی و زۆریشمان پیَ کرا کە بیرە سلبی یەکان لە میَشکمان دەکەین و بیری ئیجابی لە باتیان دانیَین کە دەربارەی ئازایەتی و باوەڕن، من بڕوام وایەکە ترسنۆك پیَویستی بە بڕیَك ئازایەتی و باوەڕە، بەلاّم ئالۆزییەکە لەوەدایە کە ترسنۆك یاترساو ئەگەر چی وای دانیَ کە ترسەکانی دەرئەنجامی هەڵەی کەسانی تر یا بارودۆخی دەوروبەرە، بەلاّم لە ڕاستیدا ئەو لە خودی خۆشی دەترسیَ واتە لەکەم توانایی خۆی دەترسیَ لە کاتی بەرەنگاری بوونەوەی کیَشەیەك و چارەسەر کردنی جا ئەمە بەهۆی کەمی ئارەزوویەوە بیَ یا لەتیَگەیشتنی دا بۆ خەڵك و شیَوەی هەڵس و کەوتی لەگەڵیدا.

ئەگەر هەنگاوی پۆزە تیڤانە بێت بۆ چاك كردنی ئەو كەم و كورِیانەی، یا لەو ژینگەیە دوور نەكەوێتەوە كەترسی لە دڵیدا چاندووە، چونكە ئەو بڕوایە بێ پشتیوانێكی ڕاستەقینەی توانا و ئارەزو و بەتوانایی لە هەڵس و كەوت لەگەڵ خەڵكیدا دەبێ.

زۆرمان پێ دەوترێ كە لە كاتی ترسدا خۆمان سەرقاڵ بكەین بە شتێكەوە تا لە بیری خۆمانی بەرینەوە، بەڵام ئەمە بەس نیە، چونكە كەس ترساو ڕەنگە كارێكی گێلانە ئەنجام بدا كە زیانی پێ بگەیەنێ یا كێشەكانی پێ ئاڵۆز تر بكات.

ئەوەی پێویستە ئێمە بزانین ئەوەیە كە چی بكەین كاتێك هەست بە ترس دەكەین؟ من خۆم كاتێ شتێك نیگەرانم دەكات، بەدوای هۆ كارەكەیدا دەچم تا دەگەمە بنج و بناوانی ئینجا سێ پرسیا لە خۆم دەكەم:

١. ئایا من بەڕاستی دەمەوێ لەو ژینگەیەدا بمێنمەوە؟ ئایا بۆ من گرنگە كە كێشەكانی چارەسەر بكەم؟ ئەگەر وەڵامەكەم بەتەواوی (نا) بوو ئەوا دەبێ بە یەجگاری ئەو ژینگەیە بەجێ بێڵم.

٢. ئەگەر وەڵامەكەم (ئا) بوو، ئەوا لە خۆم دەپرسم ئایا من توانای ئەوەم هەیە كە كێشەكانی ئەو ژینگەیە چارە سەر بكەم ئایا من هەوڵێكی ڕاستگۆیانە دەدەم بۆ زیاد كردنی ئەو توانایەی خۆم؟ ئەگەر وەڵامەكەم (نا) بوو ئەوا هەوڵ ئەدەم كەیارمەتی لەوانە وەربگرم كەلەمن بەتوانا ترن لە چارەسەر كردنیدا و دەتوانن پشتگیریم بكەن لە بەرەنگار بوونەوەی دا.

٣. هـەروەها لـە خـۆم دەپرسـم: ئایـا مـن هەڵـە بـووم لـە تێگەیشتنمان بۆ خەڵکی ئەو ژینگەیە؟ ئایا هەوڵم داوە کە بیر و بۆچونی ئـەوان تـێ بگـەم بـەر لـەوەی بڵێم هەڵەیە؟ ئایا وەك پێویـست هـەوڵم داوە کـە متمانـەی ئـەوان بـۆ خـۆم ڕابکێشم و بەدید و بۆچونی خۆم قایلیان کەم؟

ئەگـەر وەڵامەکـە بـە نـا بـوو ئـەوا پێویـستە لەسـەرم کـە سیاسـەتی خـۆم بگـۆڕم یـا داوای یارمـەتی لەوانـە بکـەم کە لـە بواری هەڵس و کەوت لەگـەڵ خەڵکدا لێزانن و کار ئاسانیم بۆ دەکەن، ئەمەش ئەو پرسیارانەن کە لە کۆتایی هەموو ڕۆژێکدا لـە خـۆمی دەکـەم، تـا ڕەسـیدی ڕاسـتەقینەی خـۆم لـە بـواری تەڕدەسـتی دا بزانم کە هەرئەمـەش زامنـی منـە لـەدژی تـرس و نیگەرانی.

کلیلەکانت بۆ کردنەوەی ئەقڵەکان:

ئەقڵی کەسانی ترو ئەقڵی خۆشت سەر بەیەك لەم چوار ئاستەن:

١. ئاسـتی یەکـەم: دژی هـەر پێـشنیازێکن کـە بۆیـان دەکرێ چونکە ئەقڵیان داخراوە.

٢. ئاسـتی دووەم: گـوێ لەهــەر پێـشنیازێك دەگـرن هەرچـیەك بـێ چـونکە ئـەقڵیان کراوەیـە، بـەڵام بـەبێ بـوونی بەڵگەیەکی تەواو بەردەوام نابن.

٣. ئاستی سێ یەم: متمانەیان بەو شتانە هەیە کە بۆیان پێشنیاز دەکرێ و ئامادەن لەگەڵ یەکەم بەڵگەدا بەردەوام بن لەگەڵت چونکە ئەقڵیان گوێ ڕایەڵە.

٤. ئاستی چوارەم: بەبێ چەند و چون و ڕاڕایی و بێ بەڵگە پێویست بوون گوێت لێ دەگرن چونکە ئەقڵیان بە باوەڕە.

جۆری چوارەم هیچ کێشەیەکت بۆ دروست ناکات، ئەگەر هەموو خەڵك ئاوا بوونایە ئەوا توشی نیگەرانی نەدەبوون، چونکە سەرەڕای نیگەرانی و ئەقڵ داخراوەکان و کلیلی ئەو ئەقڵانەلا نەبێ ئەوا هیچت لێیان دەست ناکەوێت، هەر کەسێکیش کلیلی خۆی هەیە، یەکێك پیا هەڵدانی پیا خۆشە، یەکێکی تر حەز دەکات کە گوێ ی لێ بگرن، بۆیە دەبێت لێ کۆڵینەوە دەربارەی ئەقڵ داخراوەکان بکەیت تا کلیلەکەی بدۆزیتەوە ئەگینا سەرکەوتوو نابیت.

بەڵام ئەقڵی دووەم کە ئەقڵی کراوەیە و جۆری سێ یەم کە ئەقڵی گوێڕایەڵە لەگەڵ ئەمانەدا تەنها پێویستت بە هێزی بەڵگەو توانایی قایل کردن دەبێت.

بەڵام شتێك هەیە کەدەبێ ڕەچاوی بکەین ئەویش ئەوەیە کە سۆزی خەڵك بەلای خۆتا ڕابکێشی، بەچاو پۆشین لە هەڵەکانیان و دەرخستنی چاکە کانیان و ڕێزگرتنیان، بەمەش زیاتر لێت نزیك دەبنەوەو متمانەت پێ دەکەن.

سەرەتاو بەر لە هەموو شتێك لە خۆت بپرسە: ئایا من خۆم ئەقڵ داخرلوم؟ ئەگەر وابیت ئەوا لەخەڵکیش دەکەیت کە ئەقڵ و دڵیان لە تۆ داخەن، بۆیە ئەگەر ئەقڵی خۆت بکەیتەوە ئەوا هەموو ئەقڵە

داخراوەکانیش لەبەردەم دا دەکرێنەوە، کاتێکیش کە ئەقڵ و دڵی مرۆڤێکت بۆ دەکرێتەوە ئەو کاتە کێشەکان زۆر ئاسان دەبن و ئەوەی دەتەوێ بەدەستی دێنی، ئەگەر بەخێرایش نەبێ ئەوا لە ڕێی هاوڕێیەتی دۆستایەتی و متمانەوە هەر دەگەیتە ئامانجی خۆت.

بەشی حەوتەم

سەرەتای سەرکەوتن بڕوا بەخۆ بونە

هونەری لەسەرخۆیی و بیر تیژی:

هەندێك خەڵك هەن ناتوانن بیر کردنەوەیان چڕ بکەنەوە، بۆیە دەست دەکەن بەفێر بوونی شتێك ئەنجا شتێکی تر، بەڵام هیچ شتێك لەمانە بە تەواوی فێر نابن ئەگەر چی زۆر حەزیش لە فێربوونی دەکەن، چونکە توانای وەرگرتنی زانیاری یە پێویستەکانیان نیە، بۆیە دەگەنە ئەو باوەڕەی کە ئەوان بێ بەشن لەو ئامادەیی یە ئەقڵی یەی کە کەسانی تر هەیانە.

بەڵام زۆر بەی کات هۆی سەرنەکەوتنی ئەمانە دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی کە توانایەکی هزری گەورەترتان هەیە لەوەی کە پێویستانە بۆ سەرکەوتن، وەك ئەو سەیارەیە وایە کە شۆفێرەکەی زۆر بەقایمی بزوێنەرەکانی جوڵاندوە، بەڵام برێکەکەی دادراوەتەوە بەمەش بڕێکی زۆر سوتەمەنی کار دەکات بەبێ ئەوەی یەك هەنگاو بچێتە پێش.

ڕۆژێکیان خوێندکارێك هاتە لام سکاڵای بوو لەدەست ئەوەی کە ناتوانێ بیری چڕ بکاتەوە، چونکە چەند سەعاتێك لە سەعی کردندا بەسەر دەبات بەڵام ناتوانێت بیری لەو بابەتە کۆ بکاتەوە کە سەعی تێدا دەکات، لە ئەنجامی شیکردنەوەدا دەرکەوت کە باوکی بەزۆر لەو

بـوارەدا دای نـاوە، بۆیـە ئـەقڵی نـاوەوەی لـە دژی ئەمـە وەسـتاوە و ئەمەش دەوری" بریك"ی سەیارەی بینیوە،

بۆیە چالاکیەکی وەستاوە ئەگەر چی زۆر هەوڵی داوە، بەهۆی ئەو بەرگریە سلبیەوە کە خۆی پەنای بۆ بردووە بەبێ ئەوەی هەست بکات و نەشی وێراوە کە ڕاشکاوانە ئەمە بە خۆی یا باوکی بڵێ.

ئەگـەر نـەتوانیت چڕکردنەوەی بـیرت هـۆی سـەرنەکەوتن بێت ئـەوا باشتر وایە کە زۆر بە ڕاشکاوی بەرەنگاری ئەو دوو فاقیە ببیتەوە کە لە ناختایـە و پاشـان هـەوڵی ژیرانـە هـەوڵی چارەسـەر کردنـی بـدەیت، بڕواشت بەوە هەبێت کە توانای ئەقڵی تۆ هیچ کەمتر نیە لەوانی تر و ئامـادە کاریـت لـەو پـەڕی باشـیدایە، بـەڵام کـەدەبێ بـەرەنگاری واقع ببینـەوە و هـیچ دوودڵ مەبـە لـە ئـەنجام دانـی ئـەو چاکسازیانەی کە پێویـستن، ئەگـەر ئەمـە ببێتـە هـۆی تـوڕە کردنـی ئەوانەشـی کەدەتـەوێ قایلی بکەیت، دوای ئەمە هەست بە کامەرانی یەکی گەورە دەکەین کە لە ناو خۆتا و لە ژیانتا تیشك ئەداو دەبینـی کە توانای چڕ کردنـەوەی هزرت هەیە.

جـۆرێکی تـر هەیـە لـە سـەرنەکەوتن کـە دەگـەڕێتـەوە بـۆ ئـەوەی کە خاوەنەکەی هەست دەکات کە کەسانێك هەن کە چاودێری دەکەن و کار و توانایی پێوانە دەکەن، ئەگەر تۆ لەم کەسانەیت هەوڵ بدە کە بەدوای ئەو هۆکارانەدا بگەڕێیت کە هەوڵەکانت پەك دەخەن، ڕەنگە تۆ کەسێك بیـت کـە ویـژدانت زۆر هەسـتیار بـێ و زۆر پەرۆشـی ئـەوەبیت کـە تـا بتوانی شتی باش ئەنجام بدەیت لە کارەکەتدا و ترسی ئەوەت هەبێ کەلەبـەجێ هێنـانی ئـەو ئامانجـە گەورەیـەدا کەمتەرخـەمی بکـەیت لەبەرچاوی ڕەقیبەکانتا، بۆیە دەپەشۆکێی، لەبەر ئەوە دەبێ بەشوێن

شوێنەوارەکانی ئەم چاودێری یەدا بچێ تا سەردەمی منالێت و هەوڵ بدەیت کە بزانی کە کێ چاودێری هەڵەکانی تۆی کردووە تا بێ بەزەییانە لۆمەت بکات، کێ بوو ئەوەی کە لە بچوکترین کەم تەرخەمیدا هەڕەشەی سزا و ناو زڕاندنی لێ کردووی و کردویتیە نێچیری ترس و سەر کوێر کردن.

گرێ ی شاراوە:

خوێند کارێکی زیرەك هەبوو کە هەوڵەکانی زیاتر شایستەی دەرچون بوو، بەڵام هەمیشە لە تاقی کردنەوەکاندا سەر نەدەکەوت، تا هۆی ئەمەی لە شی کردنەوەی دەرونیەوە بۆ دەرکەوت، کە لەسەردەمی منداڵیدا باوکی بینیویەتی دەستی لە ئەندامی نێرینەی داوە و لەسەر ئەمە پیایا کێشاوە و پێی گووتوە: ئەم جارە بت بینم وا بکەیت لەبنا دەیبڕم بۆت، ئەگەر ئەم هەڕەشەیە لە یەکێکی لەو گەورەتر بکرایە ئەوا گاڵتەی پێ ئەهات، بەڵام ئەو منداڵە بە پێچەوانەوە هەموو تەمەنی لەو ترسەدا بەسەر بردووە و هەست کردن بە گوناه لە ناخیەوە چەسپاوە، دوای ئەوەی کە گەورەش بووە بۆی دەرکەوتووە بە ئەنجام گەیاندنی ئەو سزایە کارێکە نەشیاوە، بەڵام لە نەستدا هەر شکستی خواردووە بۆیە هەرکە چووەتە تاقی کردنەوەیەکی گرنگەوە، ترسی لێ نیشتووە و هەرچی یەکی زانیوە لەبیری چوەتەوە.

هەندێ جار دایك و باوك زۆر پەرۆشی ئەوەن کە منداڵەکەیان سەرکەوتوو بێت، کەچی ئەمە دەبێتە هۆی تۆقاندنی منداڵەکە، ئەمەش وای لێ دەکات کە کەسێتییەکی لاوازی ببێ و بڕوای بە خۆی

نەبێ، ترس وای لێ دەکات نەتوانێ بگاتە ئەو پلەیەی کەپێویستە
ئەگەر تۆ خۆت لە دۆخی وادا دیەوە، ئەوا دەبێت بەدوای ئەوەدا
بگەڕێ ی کە کێ ئەم ترسەی خستوەتە دڵتەوە لە کاتی منداڵیدا هەوڵ
بدە کە ئەم خەیاڵە پوچانە لە مێشکت دەر بکەی و ئاستێکی گونجاو بۆ
خۆت دابنێی بەبێ هیچ زۆر لێکردنێك، هەروەها ڕێز و متمانە بۆ خۆت
دروست بکەیت تا چیتر پێت وانەبێ کە خەڵکانی تر لە تۆ باشترن کەو
کاتەی بڕوات بەخۆت دەبێ و لە گرێ کانی منداڵیت قوتار دەبیت ئەوا
پێ ی خۆت دەخەیتە سەر یەکەمین پلەکانی سەرکەوتن.

بەشی هەشتەم

ئیلهام و سەرکەوتن

کاریگەری بۆ ماوە لەسەر سروشتی مرۆڤ:

مرۆڤ زادەی سروشتی ڕابردوویەتی، چونکە بۆ ماوە کاریگەریی هەیە لە کۆرپەییدا، هەروەك چۆن پەروەردەی ماڵەوە کاریگەری لەسەری هەیە کاتێ منداڵە، ئەنجا ژینگەش کاتێك کە لاوە، هەروەها کاریگەری ئەو کتێبانەی کە دەیخوێنێتەوە و ئەو کەسانەی کە هاوڕێ یەتیان دەکات هەموو ئەو هۆکارانە هاوبەشی دەکەن لە دروست کردنی مرۆڤ و داڕشتنی داو هیچ مرۆڤێك نیە کە بتوانێ ڕابردوو و کاریگەری دوور لەسەر پێکهاتنی کەسێتیی مرۆڤ پشت گوێ بخات.

هەروەك چۆن مرۆڤ ناتوانێت کە بیر کردنەوە لە ئایندە فەرامۆش بکات ئەوەندە بەس نیە کە تەنها بیر لە ژیانی ئێستا بکاتەوە بەڵکو دەبێ بیر لەو ئاراستەیەش بکاتەوە کە لە ژیانی ڕووی تێ دەکات.

"وردز وۆرس" ی شاعیر دەڵێ: (ئێمە بە سەرمای و ڕێز و هیوا و خۆشەویستی دەژین).

فێرگەی شیکردنەوەی دەرونی لە سەرەتادا هەوڵی ئەدا کە ژیانی ئێستای مرۆڤ شی بکاتەوە تا شتێکی دەربارەی ڕابردو دەست بکەوێ، بەڵام ئێستا (کارل گانگ) دەڵێ: کاتی ئەوە هاتووە کە ئایندە تێبگەین لە باری ئێستای نەخۆشەکەدا.

ئەو کەسە چۆن سەیری ئاینـدە دەکات و بۆ چ شتێك دەڕوانێت و ئەو پلانانە چین کە دەیزانێ و ئەو خۆزگانە چین کە لە ناخیدا کپیان دەکا؟

هەموو ئەم شتانە بەشێکن لە دەرونـی مرۆڤ، زیادە ڕەوی نیە گەر بوترێ بەهای ژیانی مرۆڤایەتی دەکرێ لەڕێی هیوا ئاینده‌ییەکانەوە ببینرێ.

ئاژەڵ بۆ ئێستای خۆی دەژی و گوێ بە ئاینـدە نادات، ئەگەر لە ئێستادا نانت دایە و پاراستت ئەوا قایلە.

هەتا مرۆڤ لەم دۆخە ئاژەڵیە دوور کەوێتەوە، ئەوا ئاینـدە دێتە بەرچاوی، (براو نینگ) ی شاعیر دەڵێ: (هەموو ئەو شتانەی کە خۆزگەم خواستووە کە من پێ ی بگەم و نەش هاتووەتە دی گوشادم ئەکاو هانم ئەدا).

ئیلهام ئاوڕ دانەوەیەکی گیانی و کردارێکی ئەقڵیە کە بە هۆیەوە ئەتوانین ئاینده لە دۆخی ئێستادا بنوینین و وەك ئەندێشەیەکی لێ دێ سەبارەت بەو شتانەی کە خۆزگەی پێ دەخوازین و حەزدەکەین کە بیکەین و ئەنجامی بدەین، مرۆڤیش تا ڕادەیەکی زۆر بە فشاری ئاینده دەپێورێ.

ژیان بەبێ ئیلهام ژیانێکە بێ هیوا و تەماح، هەر ژیانێکی بێ هیواو تەماحیش لە ئاستی ژیانی ئاژەڵیدایە.

ئەگە چاوێك بە مێژوو و ژیانی گەورە پیاواندا بخشێنن، ئەوا بۆ مان دەر دەکەوێت کە کارە چاك و مەزنەکان بەرەنجامی ئیلهام بوون، ئەو خەڵکانە بە هێزی هیوا و خەونەکانیان لە ڕێگەیاندا چونەتە پێش، کەوتوونەتە ژێر کاریگەری و ڕاکێشانی ئاینده‌وە و هیچ ژیانێکی مەزن

نەبووە بەبێ ئیلهام هەروەك چۆن هیچ کارێکی مەزن بەبێ هاندەری هیوا و خەون نەبووە، شیشرۆن سیاسەتمەداری گەورەی ڕۆمانەکانە ووتویەتی:

(هیچ مرۆڤێك نەبووەتە مەزن بەبێ لایەنی ئیلهامی ئاسمانی).

کەواتە مرۆڤ چۆن و لەکوێ دەتوانێ ئەم جۆرە ئیلهامە بدۆزێتەوە؟ چۆن دەتوانی کەلە خۆیدا ئەو کرژی یە دروست بکات کە داهێنەرە و دروستکەری ئلیندەیە؟

سەرچاوەکانی ئیلهام:

توێژینەوە دەرونی یە نوێ کان دەریان خستووە ووتاردان و ڕێنمایی کردنێك کە نمونەی تیانیە سودێکی وای نیە و کاری گەری یەکی کەم و لاوازی هەیە لەسەر پێك هێنانی کەسێتی مرۆڤ.

درمێك هەیە کەلە مێژووی پیاوە مەزنەکان وەك میکرۆبی نەخۆشی لە مرۆڤێکەوە بۆ مرۆڤێکی تر دەگوێزێتەوە، بۆنمونە (ئۆلیڤەر هۆلمز) کە سەدەیەك لەدوای (سەموێل جۆنسۆن) ەوە هاتووە دەستی کرد بە لێکۆڵینەوەی چڕ لە ژیانی (جۆنسۆن) و لەم بارەیەوە دەڵێ:

(پەیوەندی پتەو لەنێوان نوسەری ناوداری ئینگلیزی (جۆنسۆن) م بکردایەتەوە دەمزانی کە ئەو بیری لە چی دەکردەوە لە تەمەنی مندا لە بیست ساڵیدا یا پەنجا یا حەفتا ساڵیداو چی کردەوە و هەست و سۆزی لەبەرامبەر ژیاندا چۆن بووە، ئەم کارە بۆ من وەك جۆرێك لە گونجان لە نێوان دووئامێردای لێ هاتبوو).

لێرەدا دەبینین کە (هۆڵمز) بینینی خۆی بەرەو ڕابردوو بردەوە بۆ گەڕان بەدوای ئیلهامدا و پاشان هانی ئەقڵی خۆی داوە تابیر لە ئایندە

بكاتەوە، تا بەئامانجی خۆی گەیشتوەو هەوڵی داوە كە وەك ئەو بێ و شوێن پێی ئەو هەڵبگرێ، تا ئەو ڕادەیەی كەمەزنی (هۆلمز) لە و ئیلهامەوە سەرچاوەی گرتووە كەلەژیانی كەسێكی ترەوە هاتووە.

یەكەمین ڕێسا كەدەبێ مرۆڤ پەیڕەوی بكات، ئەوەیە كەبەدوای كەسێتی یەكی مەزنی وادا بگەڕێ كە گونجاو بێ بۆی و هەوڵی خۆی بخاتە گەڕ لە پێناوی دروست كردنی پەیوەندی یەكی بەتین لەنێوان خۆی و ئەودا

ئیلهامی كتێب:

دووەمین پەیوەندی كە شایەنی ئەوەیە مرۆڤ دروستی بكات، پەیوەندیە لەگەڵ ئەقڵە گەورەكاندا، لێرەدا مەبەست لە لێكۆڵینەوە قوڵەكان نیە، ئەگەر چی ئەمە لەژیانی هەندێكدا جێی بایەخە، بەڵام مەبەست لە زۆر خوێندنەوە و ئاگادار بوونە لەو شتانەی كە ئەو ئەقڵە مەزنانە بۆیان بەجێ هێشتوین لە كتێبەكانیدا (سەموێل سمایلز) دەڵێ: گەورە پیاوان نەمردوون، بەڵكو لە كتێبەكانیاندا مۆمیا كراون، بەڵام گیانیان لەدەرەوەیدا دەبزوێ، كتێب دەنگێكی زیندووە و ئەقڵێكە كە هێشتا مرۆڤ گوێی لێ دەگرێ).

لەڕاستیدا خوێندنەوەی كتێبێك و دروست كردنی پەیوەندیەك لەگەڵیدا، مانای ئەوەیە كەتۆ دانەرەكەی دەبینی لەڕێی بریكارەكەیەوە.

نووسەری گەورە (ئارنۆڵد بنیت) كە دەچوو بۆ هەرشوێنێ كتێبی (تێ ڕامانەكان) ی (ماركۆس ئۆریلیاس)ی دەخستە گیرفانیەوە.

کتێبە چاکەکان زۆرن و هەمووشیان دەکرێ کە ئەقڵ بەپیت بکەن و کەسێتی مرۆڤ گەورە بکەن.

تا مرۆڤ کتێبێکی لەو جۆرە بخوێنێتەوە، ئیلهامی گەشە دەکا و ئاسۆی ئامانجەکانی فراوان دەبن و هیواکانی بڵند تر دەبن.

کتێب سەرچاوەیەکی لەبن نەهاتووی ئیلهامە.

ژیان کار و بیرە:

ڕێگەی سێهەم کە لەبەردەم مرۆڤدا ئاوەڵایە ئەوەیە کەبەپێ ی ئەندێشەکانی کار بکات، بەبێ ئەمە ئیلهام وشک دەکا و سیس دەبێ، چونکە یاسایەکی مەزن هەیە بۆ ژیانی ئەقڵی ئەویش ئەوەیە کە هەرشتێك دەرنەبڕێ لەناخماندا ووشك دەبێ، چونکە جێ بەجێ کردن لایەنێکی گرنگی ئیلهامە، فەیلەسووفی گەورە (د. جاکس) هەمیشە پیاوانی لە (تەنها بەکار هێنانی قسە) ئاگا دار دەکردەوە و دەیگووت: قسە کردن لەسەر کۆمەڵگەیەکی باشتر هیچ سودێکی نیە ئەگەر کار بۆ ئەمە نەکەی.

ئەو ئەندێشەیەی کە دەرنابڕێت هێزی خۆی لەدەست ئەداو کز ئەبێ، دەربڕینیش بەقسەنابێت بەڵکو بەکردەوە دەبێ.

کەواتە هەنگاوی سێ یەم ئەوەیە کە ناوە ناوە کار بکەین و هاندەرە جوانەکانمان و ئەو ژیانە بژین کەدەمانەوێت.

کار کردن ڕێگەی تێگەیشتن و فێر بوونە، ئێمە فێری مەلە نابین ئەگەر نەچینە ناو ئاوەوە و هەوڵ نەدەین.

ئەو پەندە چەند بەنرخە کە (چارمز کینگز لی) نوسیویەتی، کاتێ کە کچێك داوای لێ کردووە کە دێڕێك شیعر لە ئەلبومەکەیدا بنوسێ ئەویش ئەمەی نوسیوە.

(کارە چاکەکان ئەنجام بدەن نەك بەدرێژایی ڕۆژ خەونیان پێوە ببینن).

چونکە ئەگەر چی خەون گرنگی خۆی هەیە ئیلهامیش گەورەو بەنرخە، بەڵام ژیان بریتی یە لە کار و بیر پێکەوە، ئەوانەی کە بیر کردنەوە و کارکردن پێکەوە گرێ دەدەن دەچنە پێش چونکە ئەوان تەنها لە خەون و خۆزگەدا ناژین بەڵکو کاردەکەن و ئەنجامی دەدەن.

بەشی نۆیەم

ئەو شکست خواردنەی کەسەرکەوتنی بەدوادا دێ

"جۆن پۆڵ جۆنس" نوسیویەتی:

(لە ساڵی ١٩٢٣ دا من لەبەشی پیاچونەوەی چیرۆك لە کۆمپانیای پارمۆنت بۆ سینەما کارم دەکرد، ڕۆژێکیان (ئەدۆڵف زۆکەر) سەرۆکی بەشەکە بانگی کردم بۆ نوسینگەکەی خۆی و زەرفێکی دامێ و گووتی: ئەمە یەکێك لەئەندامانی خێزانی ناوداری ڕۆزفێڵت ناردویەتی چیرۆکێکی تیایە دەیانەوێ بەکۆمپانیاکەمانی بفرۆشن).

سەیری زەرفەکەم کرد لەلایەکی نوسرابوو: (فرانك لین. د. ڕۆزفێڵت، کۆمپانیای هاوردن لە ماریلاند).

لەسەرۆکم پرسی: ئایا چیرۆکەکەت بەدڵ بووە؟

ئەویش شانی هەڵتەکاند و گووتی: نا، بابەتەکەی بۆ فلمێکی باش ناشێ.

منیش پێم گووت: ئەی کەواتە دەتەوێ من چی بکەم؟

زۆر کەر گووتی: خێزانی ڕۆز فێڵت گرنگە بەلامەوە و دەبێت ڕەت کردنەوەی چیرۆکەکەیان بەئەدەبەوە بێ.

ئەو ئێوارەیە بەتەلەفون پەیوەندیم بە ڕۆز فێڵتەوە کرد، دوای ئەوەی خۆمم پێناساند و گووتم:

دەمــــەوێ دەربــــارەی چــیرۆکەکەت قــسەت لەگەڵــدا بکــەم)،
بەپەرۆشەوە گووتی: (باشە بەڵام بەتەلەفون نا، دەتوانی سبەینێ بێی
بۆ ماڵمان بۆ چاخواردنەوە؟
ناونیشانی ماڵەکەی دامێ.

بۆ سبەی نیوەڕۆ، چوم بۆ ماڵی ڕۆز فیڵت، بەڕاستی ماڵەکەیان
کەشێکی خێزانی دڵفڕێنی هەبوو، لە قسەو باسی نێوانماندا بۆم
دەرکەوت کە ڕۆز فیڵت بایەخێکی زۆر بە چیرۆکەکەی ئەدات و حەز
دەکات کە نوسین بکات بە پیشە، پاش چا خواردنەوە پێی گووتم:
("زۆکەر" ڕای چی یە لە چیرۆکەکەم؟).

هەموو ئەندامانی خێزانەکە سەیری منیان دەکرد و لە چاوانیاندا
بڕوا بە خۆبوون دەبینرا، بۆیە منیش ڕاستیم نەدرکاند و گووتم (
هێشتا بڕیاری کۆتایی خۆی نەداوە، چونکە لە کۆمپانیا چەندین
چیرۆکمان لایە تا ئامادەی کەین و نازانین کە کەی دەتوانین چیرۆکەکەی
تۆش بخەینە بەرنامەوە).

لەماوەی سێ مانگی دواتردا، ئەو خێزانە چەندین جاری تر منیان
بۆ ماڵی خۆیان بانگێش کردووە دۆستایەتی و هاوڕێ یەتی نێوانمان
پتە و تر بوو، منیش زیاتر بۆم دەرکەوت کە ڕۆزفیڵت دەیەوێت ئەدەب
بکاتە پیشە، تاوام لێهات هەستم بەناخۆشی دەکرد لەوەی ڕاکشاوانە
پێی بڵێم کە هەوڵدانی یەکەمی شکستی خواردووە.

بەڵام لە کۆتایدا پێم نا بە جەرگی خۆما و چیتر ڕاو و ڕێوی سودی
نەماو پێم گووت: کە چیرۆکەکەت ڕەت کراوەتەوە، خورپەی ئەم
هەواڵەش زۆر گەورە بوو بۆیە دیبلۆماسیەت و داوای لێبووردنی من

سوودی نەبوو لە کەم کردنەوەیدا و دوای ئەمە پەیوەندیم بەو خێزانەوە بچڕا.

(١٥) پانزە ساڵ دوای ئەمە، کاتێک ڕۆز فێلت بووە سەرۆکی ئەمەریکا بۆ دووەم جار، من و هاوسەرەکەم کاپتن (دۆکان واڵتەر) بانگێشت کراین بۆ ئاهەنگێك لە کۆشکی سپی کەتایبەت بوو بەئەفسەرانی مارێنز و هاوسەرەکانیان کاتێك کە بەسەرۆك ناسێنراین، ڕۆزفێڵت لە من وورد بوویەوەو گووتی:

ــ تۆ جان وێستی؟

گووتم: بەڵێ گەورەم.

زەردە خەنە گرتی و گووتی: (ئەو چیرۆکەی منت لەبیرە کە دام بە کۆمپانیای پارامۆنت؟ ئەوە تاریك ترین چرکە ساتی ژیانم بوو کە پێت گووتم: پەسەند نەکراوە).

منیش گووتم: دڵنیام ئێستا کۆمپانیا لەوە پەشیمانە.

گووتی: لەوانەیە، بەڵام ئەو ڕەت کردنەوەیە شتێکی گرنگی فێر کردم، فێری ئەوەی کردم کە هەرچەندە شکست خواردن ڕوانینی مرۆڤ بۆ ئایندە ڕەش و تاریك بکات، ئەوا ئەوە ناگەیەنێت کە ئەمە کۆتایی ئەو مرۆڤەیە، باشترین ڕێگە بۆ زاڵ بوون بەسەر شکستدا ئەوەیە کەلە بیر خۆمانی بەرینەوەو لە هەوڵی خۆماندا بەردەوام بین و بە باوەڕێکی پتەوەوە لەسەر سەر کەوتن سوربین.

منیش گووتم: بێ گومان سەرکەوتنی سیاسی تان بەڵگەی ئەم بۆچونەیە.

سەرۆك جارێکی تر زەردەخەنەیەکی تری بۆکرد و گووتی: تۆ پێت وایە؟ بەڵام ئەوەی کە گومانی تیانیە ئەوەی کە ئەگەر کۆمپانیای پارامۆنت چیرۆکەکەی منی پەسەند بکردایە ئەوا ئێستا من و تۆ لە کۆشکی سپیدا پێکەوە قسەمان دەکرد.

بەشی دەیەم

ویستی سەرکەوتن

هەوڵ دان بۆ پارە:

پزیشك و زانای دەرون ناسی دکتۆر (یۆستاس چسەر) لە کتێبی (ژیانی سەرکەوتوو) دا دەڵێ:

(ڕەنگە هەوڵ بۆ پارە لە هیچ کات و سەردەمێکدا بەقەدەر ئەمڕۆ توند و تیژ نەبوو بێ)

غەریزەی هەبوون و حەز بە دەوڵەمەندی کردن شتێکی سروشتی یە لە مرۆڤ دا، بەڵام بەها ڕەوشتی و داب و نەریتەکان لە ڕابردوودا پیرۆز بوون و لای خەڵك باڵا تر بوون لە پارە، بۆیە دەست بەرداری نەدەبوون و لێی یاخی نەدە بوون سەرەڕای بوونی هۆکارەکانی ورووژاندن.

فەیلەسوفەکانی ڕۆژهەڵات پێیان لەسەر پیرۆز کردنی لایەنە گیانیەکان دادەگرن و بایەخ نەدان بە لایەنە ماددیەکانی دنیا، تا شارستانی ڕۆژ ئاوا هات و لە هەموو دنیادا بڵاو بوویەوە و لەگەڵ خۆیدا مزگێنی پیرۆز کردنی ماددەی هەڵگرتبوو.

بەڵام هەروەك چۆن فەیلەسوفی زوهد و بایەخ نەدان بە پێویستی یەکانی ژیان بە تاك وکۆمەڵ گەیاندووە و بووەتە هۆی ئیفلیج کردنی بەرهەم هێنان لای هەندێ میللەت. بەوەی کە خۆیان داوەتە دەست مردنێکی هێواش و قایل بوون بەو دۆخەی کەتیایدان و بیر یان لە

گۆڕین و چاکردنی بارو دۆخیان نەکردۆتەوە تا ئاستی ژیانیان بەرزتر بکەنەوە.

زیادە ڕەوییش لە پیرۆز کردنی تەماحە مادییەکان و پارە پەرستیش یەکێکە لە هۆکارەکانی بەد بەختی تاك و خێزان و کۆمەڵگەش.

بەڵکو بریتی یە لە سەرچاوەی زۆربەی ئەو کێشە ترسناکانەی کە جیهانی ئەمڕۆ بە دەستیەوە دەناڵێنێ، کە ڕەنگە ببێتە هۆی شەڕێکی سەخت و شارستانی ڕۆژ ئاوایی لە ناو بەرێت، کە هەر خۆی ئەم فەلسەفە مادیەی بەرهەم هێناوە و مرۆڤی گەیاندۆتەوە ئاستێکی نزیك لە ئاژەڵەوە.

مام ناوندێتی باشترین شتە:

لە ڕاستیدا ڕێگەی ڕاستی سەرکەوتن بریتی یەلە ناوەڕاست و دەرپەڕین بە هەردوو ئاڕاستە و پێچەوانەی ئەمە مەرج نیە کە بمان گەیەنێتە ئامانجی خۆمان لە ژیانماندا.

هەژاری نەفرەتێکە کە جەستە دەڕژاکێنێ و ئەقڵ گێل دەکاو دەروون کەچ دەکا، بەڵکو دەرفەتی پێگەیشتن و بالا بوون چێژ وەرگرتن لە خزمەت گوزاری یە کۆمەڵایەتیەکانی مرۆڤ دەڕەخسێنێ، بەلام لە لایەکی ترەوە ئەوەی کە لە دایك دەبێ و کەوچکی زێڕ لە دەم دەنێ و داوای لێ ناکرێت کە بچوکترین هەوڵ بدات تا بژی، ئەوا تووشی زەحمەتێکی زۆر دەبێ لە گەشە کردنی کەسێتیدا.

هەروەك چۆن گەشەی ماسولکەکان پێویستیان بە مەشق و جوڵە هەیە بەهەمان شێوە گەشەی کەسێتی پێویستی بە ڕوو بەڕووبونەوەی سەختی بەر پرسیارێتییەکان هەیە.

ئەم گەشەیە بریتی یە لە ڕێك خستنی غەریزەکان و دەست بەسەردا گرتنیان و پەرە پێدانی حوکمدانی دروست بەسەر شتەکاندا، نەك بۆ ئەوەی کە مرۆڤ ئەرك و بەر پرسیارێتی یەکانی لە ماڵەوە و لە کاردا بەجێ بگەیەنێت، بەڵکو بۆ ئەوەشی کە بتوانێت ڕوو بەرووی ئەو قەیرانە کتو پڕانە ببێتەوە کە جار نا جار لە ژیاندا توشیان دەبێت.

بۆیە پێویسترین ئەرك ئەوەیە کە خۆمان چاك ئامادە بکەین نەك بۆ ڕووبەڕوو بونەوەی داواکاریەکانی ئێستا بەڵکو لەوە دوور تریش.

سەرکەوتن لە بەهرە و هەڵقۆستنەوەدا:

پێوەری سەرکەوتنی ڕاستە قینەی مرۆڤ لەو ڕادەیەدا نیە کە موچەکەی یا ڕەسیدی بانقیی دەیگاتێ، یا بەو زەوی و بینایانەی کە هەیەتی ، چونکە شانس دەورێکی گرنگی هەیە لە پارە دەست کەوتن دا، ڕەنگە هەندێ جاریش لەسەر حسابی کەرامەت و ڕەوشت بێ، پێوەرەکانی سەرکەوتن بەندە بە ڕادەی سوود وەرگرتن لە بەهرەکان و قۆستنەوەی هەلە کان و زاڵ بوون بەسەر کۆسپ و تەگەرەکاندا.

زۆر لەو پیاوانی کارەی کە تۆ بەخیلی بە سەرکەوتن و چونە پێشیان دەبەیت، ڕەنگە بەد بەخت بن و دوور بن لە کامەرانی و دەروون دروستی، چونکە ئەوان هەموو هەوڵی خۆیان لە لایەنێکدا چڕ کردۆتەوە و لایەنەکانی تریان فەرامۆش کردووە.

ئەم جۆرە کەسانە وەك ئەو دینەمۆیە وان کە وایەرەکانی تێکەڵ و پێکەڵ بوون و ووزەکەی تەنها یەك گڵۆپ دادەگیرسێنێ.

بۆیە لە لایەنەکانی دیکەی ژیاندا هەست بەبێ بەشی و بێ ئومێدی دەکەن.

بە پێچەوانەی ئەوە، زۆر دەگمەنە کە شتێك بدۆزیتەوە بەتەواوەتی لە ژیاندا وەك هاوسەر و باوك و هاوڵاتی و مرۆڤ سەرکەوتوو بو بێ، لە کاتێکدا لە هەموو بوارەکانی تری ژیاندا شکستی خواردبێ، هۆی ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی کە سەرکەوتن لەو بوارانەدا پێویستی بە زۆر تایبەتمەندی هەیە کە سەرکەوتن لە کایە کانی کاردا دەچەسپێنێ بۆ نمونە ئەو کەسەی کە ژیانی هاوسەرێتی دا سەرکەوتوو دەبێ ئەوا گومانی تێدا نیە کە توانیویەتی کەسێتی خۆی پەرە پێبدات و لەخۆی تێ بگاو بزانێ کەچۆن ئاڕاستەی دەکات.

بۆ ئەوەی وەك پێویست بژین، نابێ تەنها هەر بۆ خۆمان بژین، بەڵکو دەبێ کە لە گونجاندندا بژین لەگەڵ سەرجەم مرۆڤایەتیدا کە خۆمان بەشێکین لێی.

ئەگەر مرۆڤ تەنها بریتی بوایە لە جەستەیەك، ئەوا ئەوەندە بەس بوو بۆ ژیانێکی سەرکەوتووانە کە ئەو جەستەیە بپارێزین و خۆشنودی بکەین بە بێ ڕەچاو کردنی ئەوانەی کە لە دەورمانان، ئەگەر بەتەنها ئەقڵیش بوایە ئەوا ژیانێکی سەرکەوتوو تەنها بریتی دەبوو لە بایەخ دان بە هەردووکیان و گونجان دنیان، ئەگەر تەنها جەستە و ئەقڵ و گیانیش بوایە ئەوا ژیانی سەرکەوتوو تەنها پێویستی بە پاراستنی و دروستی ی جەستە و ئەقڵ و گیان دەبوو، بەڵام مرۆڤ شتێکە کە لەمە گەورە ترە، مرۆڤ بریتییە لە جەستەو ئەقڵ و گیان، لەناو جەستەی

هەرە مەزندا،کە بریتیشە لە ئەقڵی هەرە مەزن و گیانی هەرە مەزن بۆ هەموو توخمی مرۆڤایەتی نەك تەنها زیندوەکانی بەڵکو ئەوانەی کە لەوە و بەر ژیاون ئەوانەشی کەلەمەودوا دەژین.

پەیوەندی نێوان جەستە و ئەقڵ و گیان:

یەکەم شت کە سەبارەت بەمە دەیکەن ئەوەیە کە جۆرێك لە گونجان لەنێوان جەستە و ئەقڵ و گیاندا دروست بکەین و بەشێوەیەکی داد پەروەرانە بایەخی خۆمان بەسەریاندا دابەش بکەین، چونکە فەرامۆش کردنی یەکێك لەم سێ هێزە یا سەر کوت کردنی دەبێتە هۆی سەر هەڵدانی ململانێ یەکی دەرونی کە لە چەندین شێوەدا خۆی دەنوێنێ، ئەوانەی لایەنی گیانی فەرامۆش دەکەن تا هەموو هەوڵی خۆیان بەسەر لایەنی جەستەیی و هزرییدا دابەش بکەن،ئەوا هەست بە ناخۆشی یەکی ناوەکی و ناقایلی یەك دەکەن کە لە هۆکارەکانی تێ دەگەن.

ئەوانەشی کە خۆراك دانی ئەقڵیان فەرامۆش دەکەن ئەوا وزەی مێشکیان بەرەو ڕێگەکانی خراپە لا ئەدات، ئەگەر مافی جەستەیان لەسەریان فەرامۆش بکەن ئەوا جەستە یان بە چەندین شێوەی نەخۆشی تۆڵەیان لێ دەکاتەوە.

لێرەدا بە کورتی باسی ئەو شتانە دەکەین کە دەبێت مرۆڤ ڕەچاوی بکات بۆ بەهێز کردنی لایەنی گیانی خۆی:

❖ دەبێ زۆر ڕاشکاوانە ڕووبەڕوی ئەو ڕاستی یانە ببێتەوە کە پەیوەستن بە داب و نەریت و ڕەفتارەکانمانەوە.

❖ دەبێ خۆی لە حکوم دان بەسەر ئەوانی تردا و ڕەخنە لێ گرتنیان بەدوور بگرێ مادەم ناتوانین کە بار و دۆخی ناوەکی یان بزانین.

❖ دەبێ ئەو بیر و باوەڕە پیرۆز ڕابگرین کە بڕوامان پێیەتی هەمیشە سوور بین لەسەر پەیڕەو کردنی ڕێنمایی یەکانی لە هەموو کار و ڕەفتارماندا بەڵام هەوڵ نەدەین کە بەزۆر بەسەر ئەوانی تردا بیسەپێنین.

❖ هەمیشە ئەوەمان لەیاد بێ کە دەبێ لە نمونە باڵاکانمان لانەدەین لەو کارە بچوکانەدا کە ڕۆژانە ئەنجامی دەدەین، هەروەها دەبێ لایەنی چاکە و بەزەیی بە ژیانمان تێکەڵ بێ، لە هەموو لایەن و وەرزەکاندا.

❖ دەبێ دوور بکەوینەوە لە فیز و لوت بەرزی چونکە ئەمە لایەنی هزریی مرۆڤ ئیفلیج دەکا و گەشەی دەوەستێنێ، ئەگەر هەست دەکەیت کە تۆ لەڕووی بیر کردنەوەو زیرەکی یەوە لەوانی تر لە پێشتریت، دەبێ ئەوەت لە یاد نەچێ کە زیرەکترین کەس لە جیهاندا لە بەردەم لێکدانەوەی زۆربەی ڕاستی یەکانی گەردووندا دەستە وەستانن.

❖ بەردەوام بڕوات بە خۆت بێ، ئەگەر زیرەکیت کەمتر بوو لەوانەی تێکەڵیان دەبیت، دەبێ لە ناخی خۆتدا بەدوای ئەو شتە با شانەدا بگەڕێیت کە هانت ئەدات، بەمەش ئەو شتەت دەست دەکەوێت کە هاوسەنگیت بۆ دەگێڕنەوە و ئەم کەم و کوڕیەت دادەپۆشێ و بڕوا بە خۆبونت بۆ دروست دەکاتەوە.

چونکه ڕەنگە مرۆڤ لە لایەنێکیدا کەم و کوڕی هەبێ بەڵام هۆکاری تری تیایە کە ئەمە لایەنەکانی تر پڕ دەکاتەوە.

❖ ئامانجەکانی خۆت دیاری بکە، چونکە ژیانی سەرکەوتوو پێویستی بە دیاری کردنی ئەو ئامانجانە هەیە کە داخوازیەکانی سروشتی مرۆڤایەتی لە هەرسێ لقەکەیدا، جەستەو ئەقڵ و گیان تێر دەکات، بەڵام دەبێ بە پێی تواناو بارو دۆخی تایبەتی خۆی جێ بە جێیان بکات ئەم ئامانجانەش لەمانە بەدەر نین:

١. هەوڵ دان بۆ سەرکەوتن لە ژیانی کردارییدا بە پلەی باش، پێویستە بە پلەی زۆر باشە یا نایاب ناکات، لێرەدا سەرکەوتن پێویستی بە بەکارهێنانی تەواوی وزەی سروشتی مرۆڤ هەیە و نەبینە ڕێگر لە بەردەم گەشە کردن و پەرەسەندنی سروشتی دا.

٢. خۆ سازدان بۆ ژیانی هاوسەری و منداڵ خستنەوە

٣. هەوڵدان بۆ تێگەیشتن لەو جیهانەی کە تیایدا دەژین و زانینی ئەو پەیامەی کە لە سەر شانمانە.

بەدی هێنانی ئەم سێ ئامانجە جەستە و ئەقڵ و گیان قایل دەکەن، ئەگەر بۆ پێگەیشتنیان ڕێگە و ئامرازی دروست و گونجاومان گرتەبەر، بەڵام لە بەدبەختی دا زۆر کەسی پاراستنی هاوسەنگیش نێوان ئەم داخوازی یانە پشت گوێ دەخەن بەمەش کامەرانی جێیان دێڵێ و ناخۆشی ڕوویان تێ دەکات.

شارەزایی و ژیانی کرداری:

بۆ ئەوەی سەرکەوتنی ویستراو لە ژیانی کرداریيماندا بەدەست بێنین، دەبێ سەرەتا هەوڵ بدەین کە توانامان بەسەر هەموو لایەنەکانی ئەو کارەدا بشکێ کە دەیکەین، ئەگەر نەزانین چۆن ڕەفتار لەگەڵ خەڵکی بکەین ئەوا شارەزایی هونەری بەتەنها نامانگەیەنێتە ئەوەی کە دەمانەوێ، تەنها لە بواری کاری ڕۆتینی دا نەبێ، ئێمە ئەگەر لە کارێکی بچوکدا بین یا گەورە، ئەوا زۆر بەی کاتمان لە پەیوەندی کردن لەگەڵ خەڵکدا بەسەر دەبەین، تا قایلیان کەین ئەوا دڵیان زیاتر بەلای خۆماندا ڕادەکێشین و بەمەش ئەگەری سەرکەوتنمان لە کارەکەماندا زیاتر دەبێ.

ئەگەر چی زەحمەتە هەندێ ڕێسای چەسپاو دابنرێ کە وەك پەیڕەوێك بێ بۆ ڕەفتار کردن لەگەڵ خەڵکیدا لە هەموو بۆنەو دۆخەکاندا بەلاّم دەتوانیت کە لەسەرکەوتنی خۆت دڵنیا بیت لە هەڵس و کەوت لەگەڵیاندا ئەگەر هەمیشە ئەوەت لە یاد بێ کە ئەوانیش وەك تۆ مرۆڤن و هەمان ئەو غەریزە و پاڵنەرانەیان هەیە کە لە پشت زۆرێك لە ڕەفتارەکانی خۆتەوەن.

ڕاستە ژیان فێری زۆر لە شێوازەکانی هەڵس و کەوت لەگەڵ خەڵکیماندا دەکات، بەلاّم فێرگەی ژیان سەختە، ئەگەر ئێمە بەتەنها پشت بە ئەزموونەکان ببەستین ئەوا ڕەنگە بگەینە ئەنجامێك بەلاّم دوای ئەوەی کە چەندین دەرفەت و هاوڕێمان لەدەست داوە و نرخێکی گرانمان داوە لە ئاستی ناوەکیماندا، ئەگەر ئێمە خۆمان چاك ناسی و هەمیشە خۆمان خستە جێی ئەوانە کە ڕەفتاریان لەگەڵ دەکەین و

ڕەچاوی بار و دۆخیانمان کرد، ئەوا دەتوانین کە دڵیان بەلای خۆماندا ڕاکێشین و چەندین کێشە چارەسەر بکەین، بەمەش هەست و هەڵچونە دەرونی یەکانی خەڵك وەك کتێبێکی داخراو نابن لە بەردەمماندا.

بەتواناییش لە کاردا هاوشان لەگەڵ توانای ڕەفتار کردن لەگەڵ خەڵدا بەدڵنیاییەوە سەرکەوتنی ویستراوت بۆ دەستەبەر دەکات لە کارەکەدا.

دەرون ناسی پێویستە:

مرۆڤی ئاسایی ناتوانێ چێژ لە ژیان وەبگرێ بێئەوەی حەزی سروشتیی خۆی تێر بکات بەوەی کە خەڵکی خۆش بوێ و ئەوانیش ئەمیان خۆش بوێت، ڕەنگە هەندێ کەس هەبن کە بار و دۆخ زیانی پێ گەیاندبن لە منداڵیاندا وای لێ کردبن کە نەتوانن خۆشەویستی بکەن یا ئارەزووە جنسی یە کانیان بەرەو ئاڕاستەی ناسروشتی بردبێ.

ڕەنگە هەزاران کەسیش هەبن کە لە هەموو شتێکدا ئاسایین، بەڵام هەر لە منداڵییەوە لە ناخیاندا شوێنەواری چەندین ڕوودا و و ئەزموونی هەڵەیان هەڵگرتووە، هەر ئەمەش نایەڵێت چێژ لە خۆشەویستی ژیانی هاوسەرێتی وەرگرن.

بۆیە خۆت چاك بپشکنەو ئەم خڵتە دەرونی یانە شی بکەرەوە و هەوڵ بدە کە خۆتی لێ پاك بکەیتەوە بەر لەوەی هاوسەرگیری بکەی تا ژیانێکی خۆش بۆ خۆت دابین بکەی، چونکە سەرکەوتن لە ژیانی هاوسەری دا یەکێکە لە گرنگترین کۆڵەکەکانی ژیانی سەرکەوتوو.

هەروەها دەبێ کە دەرونی منداڵیش بناسی و ئەوەش بزانی کە ڕەوشت و ڕەفتاری منداڵەکانت لە ئایندەدا بەندە بە ڕەفتاری تۆوە

لەگەڵ ئەوانەدا و بە شێوەیەك كە تۆ لە بەرچاویاندا دەركەویت لە كاتی خۆشی ناخۆشیت دا.

سەرنەكەوتنی مرۆڤ لە باوكایەتی دا یە كێكە لەو گرفتە هەرە ناخۆشانەی كە زۆر لە باوكان لە قۆناغی پیری دا بە دەستیەوە دەناڵێنن، دەبینن كە منداڵەكانیان لە ڕێ ی چاكەو سەركەوتن لایان داوە چونكەلە قۆناغی منداڵیدا پشت گوێ خراون یا بەهەڵە پەروەردە كراون بۆیە وا هەست دەكەن كە تاوانێكی گەورەیان كردووە.

ئەو كەسەی كە خۆی گۆشە گیر دەكا و دوور لە كۆمەڵگە دەژی وەك خانەیەكی نەخۆشی وایە كە فەرمانی خۆی بەجێ ناگەیەنێ بەمەش پشێوی دەخاتە ناو هاوسەنگی لە شەوە چونكە بەشە خۆراكی ئەویش وەردەگرێ بێ ئەوەی لە بەرامبەردا هیچ شتێك بداتە لەش.

دۆخی كۆمەڵگە هەمیشە ڕەنگدانەوەی دۆخی ئەو تاكانەیە كە لێی پێك دێن، ئەگەر تاكەكان خۆ پەرست بن و تەنها بیر لە خۆیان بكەنەوە ئەوا كۆمەڵگەش دەبێتە بیابانێكی ووشك، ئەگەر هاوكاری لە نێوان تاكەكاندا نەبێت، ئەوا كۆمەڵگەش پەشێو و دابڕاو دەبێ.

چەندین ڕێگەی كرداریی هەیە كە بەهۆیانەوە ژنان و پیاوان دەتوانن سودیان بۆ ئەو كۆمەڵگەیە هەبێت كە تێیدا دەژین، بە خزمەت گوزاری گشتی و ڕەوشتی باش و پەروەردە كردنی نەوەی نوێ بە شێوەیەكی دروست.

ئێمە پێویستمان بەوە نیە كە نەوەیەك لە فرمێسك دروست بكەین، بەڵام زۆر پێویستمان بەوە هەیە كە نەوەیەك لە ژنان و پیاوان پێ بگەیەنین كە كۆیلەی غەریزەی ئاژەڵی یەكان نین و ڕەفتاریان لێوەی سەرچاوە ناگرێ.

بەشی یانزەیەم
ڕەخنە لە پیاوە گەورەکان ، باجی سەرکەوتنە

باجی سەرکەوتن:

چەند ساڵێك لەمەوبەر هەرایەکی گەورە ڕوویدا لە مەڵبەندە زانستی یەکانی ئەمەریکا و ڕوپەڕی ڕۆژنامەکانیشی گرتەوە.

کاتێك لاوێکی تەمەن سی ساڵ کە ناوی (ڕۆبەت هانسۆن) بوو کرا بە بەڕێوبەری زانکۆی شیکاگۆ کە یەکێکە لە گەورەترین زانکۆکانی ئەمریکا، بۆیە زۆربەی زانا گەورەکان دژی ئەمە وەستان و دەستیان کرد بەسەر کۆنەکردنی گوایە کەم ئەزمونەو بیرۆکەکانی منالآنەن و لەوەش خراپتر پێیان دەگووت کە بەر لە دە ساڵ لە زانکۆی (ییل) خزمەتکار بووە.

لەو ئاهەنگەدا کە بەبۆنەی دانانیەوە ساز کرا بوو، باوکی لەگەڵ هاوڕێ یەکی دا دانیشتبوو، کاتێك هاوڕێکەی چپاندی بە گوێیدا: (کوڕەکەت نەگبەتە، ڕۆژنامەکانی ئەمڕۆ هەموو پڕبوونەتەوە لە جنێو و تانە وتەشەر سەبارەت بەو).

باوکەکەشی بە هێمنی ووتی: (خوێندمنەوە، گومانی تێدانی یە کە زۆر زاڵمانەیە، بەڵام گرنگنیە، چونکە ئەمە نرخی مەزنییە قوربان، تاکو مرۆڤ شان و شکۆی بەرزتر بێ، خەڵکی زیاتر ڕەخنەی لێ دەگرن و قسەو قسەڵۆکی بۆ هەڵدەبەستن).

دەگێڕنەوە کە دۆقی و ویندەسۆر شا ئەدواردی هەشتەم، ڕاگری کۆلێژی جەنگی (دیڤۆ نشایر) لە ڕۆژی هاتنە کۆلێژی دا بینیویەتی دەگری، کە ئەو دەمە تەمەنی چواردە ساڵان بووە، کاتێکیش لێ ی پرسیوە بۆچی دەگری، لە وەڵامدا دەڵێ کە سیان لە هاوەڵەکانی لە کۆلێژدا کە تۆزێ لەمەوبەر بینیونی هەریەکێکیان شەقێکی لێ داوە بەبێ هیچ هۆیەك.

کاتێ ڕاگر بانگیان دەکات بۆ لێ پێچینەوە، دەڵێ ئێمە لە ناوخۆماندا لەسەر ئەوە ڕێکەوتووین، تا ئەگەر سبەی بووە شا یان ئیمپراتۆر ئەوا ڕاسگۆیانە بتوانن بڵێن شەقیان تێ هەڵداوە.

لە ڕاستیدا ئەوانەی کە پەنا دەبەنە بەر ڕەخنەو ئازاردان بەبێ هۆیەکی دیار، ئەوا لە نەستیاندا وا هەست دەکەن کە ئەمە گەورەیان دەکات، چونکە ئەوەی دەست درێژییان کردۆتە سەری کەسێکی سەرکەوتووە و جێی سەرنجە.

خۆشی ی و جنێودان:

زۆرن ئەو کەسانەی کە چێژی سروشتی لە جنێودان بەوانە وەردەگرن کە لەوان لەپێشترن لە زانستدا یان لە پارەدا یان لە پایەدا و قسەو قسەلۆکیان بۆ هەڵدەبەستن، لەم دواییەدا نوسراوێکم لە خانمێکی ناسراوەوە پێ گەیشت کە تێیدا پیس ترین جنێوی ئاڕاستەی سەرۆکی یەکێك لە کۆمەڵە خێر خوازیەکان کردبوو و وتبووشی کە هەشت ملیۆن دۆلار لە کۆمەکی هەژارانی دزیوە.

دەگێڕنەوە کە دۆقی و ویندەسۆر شا ئەدواردی هەشتەم، ڕاگری کۆلێژی جەنگی (دیڤۆ نشایر) لە ڕۆژی هاتنە کۆلێژی دا بینیویەتی دەگری، کە ئەو دەمە تەمەنی چواردە ساڵان بووە، کاتێکیش لیٚ ی پرسیوە بۆچی دەگری، لە وەڵامدا دەڵیٚ کە سیان لە هاوەڵەکانی لە کۆلێژدا کە تۆزیٚ لەمەوبەر بینیونی هەریەکێکیان شەقێکی لیٚ داوە بەبیٚ هیچ هۆیەك.

کاتیٚ ڕاگر بانگیان دەکات بۆ لیٚ پێچینەوە، دەڵیٚ ئێمە لە ناوخۆماندا لەسەر ئەوە ڕێکەوتووین، تا ئەگەر سبەی بووە شا یان ئیمپراتۆر ئەوا ڕاسگۆیانە بتوانن بڵێن شەقیان تیٚ هەڵداوە.

لە ڕاستیدا ئەوانەی کە پەنا دەبەنە بەر ڕەخنەو ئازاردان بەبیٚ هۆیەکی دیار، ئەوا لە نەستیاندا وا هەست دەکەن کە ئەمە گەورەیان دەکات، چونکە ئەوەی دەست درێژییان کردۆتە سەری کەسێکی سەرکەوتووە و جێی سەرنجە.

خۆشی ی و جنێودان:

زۆرن ئەو کەسانەی کە چێژی سروشتی لە جنێودان بەوانە وەردەگرن کە لەوان لەپێشترن لە زانستدا یان لە پارەدا یان لە پایەدا و قسەو قسەلۆکیان بۆ هەڵدەبەستن، لەم دواییەدا نوسراوێکم لە خانمێکی ناسراوەوە پیٚ گەیشت کە تێیدا پیس ترین جنێوی ئاڕاستەی سەرۆکی یەکێك لە کۆمەڵە خێر خوازیەکان کردبوو و وتبووشی کە هەشت ملیۆن دۆلار لە کۆمەکی هەژارانی دزیوە.

من دوو دڵ نەبووم لە پوچی ئەم بوختانە، چونکە سەرۆکی کۆمەڵەی ناوبراوم چاکم دەناسی و دەم زانی کە ئەوپارانە بۆ کێ سەرف دەکا بەڵام خانمی خاوەن نامە بە لایەوە گرنگ نەبوو کە لەم بارەیەوە بەدوای ڕاستیدا بگەڕێ، بەڵکو گرنگ ئەوەیە دەروونی نەخۆشی خۆی بەمە تێر کردووە و چێژی لەوەش وەرگرتووە کە زیانی بە کەسێتی یەك گەیاندووە کە لەو یا لە مێردەکەشی بەهێز ترە.

لەم بارییەوە (شۆ پنهاوەر) دەڵێ:

(پیاوی هیچ و پوچ چێژ لە هەڵبەستنی درۆ و دەلەسە دەبینێ تا لە شان و شکۆی کەسە مەزن و بەڕەوشتەکان کەم بکاتەوە).

بەڵام ئەم خووە خراپە تەنها لەناو چینێکی دیاری کراوی خەڵکدا باو نیە.

بۆنمونە کەس لەو باوەڕەدا نەبوو کە بەڕێوەبەری زانکۆی بێل چێژ لە لەکەدارکردنی پیاوێکی چاکی وەك (تۆماس جیفرسۆن) وەرگرێ کە سەرۆکی ئەمریکا بووە و یەکێك بوو لە لایەنگرەکانی دیموکراسی و ڕەوشت بە درێژایی ژیانی.

کاتێ (جیفر سۆن) خۆی پاڵاوتووە بۆ سەرۆکایەتی ئەو بەڕێوە بەرە ووتویەتی: (ئەگەر ئەم پیاوە ببێتە سەرۆکی ووڵات ئەوا لە سایەی ئەودا ژن و کچەکانمان بە ئاشکرا داوێن پیسی دەکەن و بنەماکانی ڕەوشت و باوەڕ هەرەس دێنێ).

یا کێ بەبیریا هاتووە بە کەسێکی مەزنی وەك (جۆرج واشنتن) بوترێ تاوانبار و دەستبڕ و کار بگاتە ئەوەی کە ئەوانەی ڕقیان لێ یەتی لە یەکێ لە ڕۆژنامە بە کرێگیراوەنیاندا وێنەی ئەو وەك

تاوانبارێکی حکومی ئیعدام دراو بڵاو بکەنەوە و لەژێریا بنوسن: (دەبێ ئەمە چارەنووسی بێت).

یا کەسێکی وەك ئادمیراڵ (بیری)، کە یەکێکە لە دۆزەرەوەکانی بەستەڵەکی باکور، کە لەدوای گەشتە سەرکەوتووە کەی کە خەونی هەزاران زانای پێش خۆی پێ هێنایە دی و خەریك بوو لەو پێناوەدا لە برسا بمرێ و پەنجەکانی پێی لە سەرمادا تەزین و لە گۆکەوتن و پزیشکەکان ناچار بوون کە هەشتیان ببڕنەوە، خۆشی لە ئەنجامی ئەو هەموو نارەحەتیەدا خەریك بوو ئەقڵیشی لەدەست بدات، کەچی هەر لە گەشتەکەی گەڕایەوە، لێپرسراوەکانی لە سوپادا بەخیلی یان پێبرد و بەوە تاوانباریان کرد کە ئەوپارەیەی بەفیڕۆداوە کە بۆ گەشتی زانستی تەرخان کراوە و بۆ خۆشی خۆی و هاوەڵەکانی خەرجی کردووە لە ئەنجامی ئەو هەڵمەتە نارەوایەدا زۆر لە هاندەرەکانی لێ تەکینەوە و چیتر گەشتی تری ئەنجام نەدا.

ئەگەر ئەمیش وەك سەرکردەیەك قایل بوایە بە دانیشتن لە نوسینگەیەکدا و لەپشت کورسی و مێزەوە ئەوا بەو مەزنی یە نەددگەیشت.

لە کۆتاییدا ئەگەر لەخۆت بپرسیت کە ئایا ڕەخنەو لۆمەی نارەوای خەڵك نیگەرانت دەکا؟ ئەگەر وابێ ئەوا ئەم ڕەخنەیە بریتی یە لە دەست خۆشییەکی شاراوە و دەبێ ئەو پەندەت لەیاد بێ کە دەڵێ:

(سەگی تۆپیو کەس شەقی لێ نادات).

بەشی دوانزەیەم

کاریگەری تەندروستی لەسەر لاویتی و کامەرانیتی

جارێکیان بەختگرەوەیەك بە ژنێك دەڵێ کە هاتووەتە لای:

- تۆ هەتا تەمەنی چل ساڵی هەر بەهەژاری و نەداری دەمێنیتەوە.

ژنەکەش بە تکاوە پێی دەڵێ:

- ئەی دوای چل ساڵی؟

ئەویش دەڵێ: دوای چل ساڵی تۆ بەم ژیانە ڕادێ ی و پێی قایل دەبی و بە هێمنی ژیان بەسەر دەبەی.

بەڵام خوێنەری بەڕێز تۆ ڕات چییە؟

ئایا حەز دەکەی کە بەدرێژایی ژیانت نەدار و کڵۆڵ بی، یا دەتەوێ بزانی کە چۆن لە ژیاندا کامەرانی و سەرکەوتوو دەبی؟

چارەنوست بەندە بە وەڵامەکەتەوە.... هەروەها بە زانینی چۆنیەتی ئەوەی کە تۆ چۆن ئەمڕۆ لە دوێنی دڵخۆشتر دەبی و چۆن لە سبەینێت دا لە دوێنێت کامەرانتر دەبی.

(مۆرای بانکس) لە کتێبە بەناوبانگەکەیدا (چۆن لەگەڵ خۆتدا دەژیت) دەڵێ:

زیرەکی مرۆڤایەتی دەگاتە ئامانجەکانی خۆی کاتێ مرۆڤ دەگاتە تەمەنی شانزە ساڵی، دوای ئەمە هیچ شتێکی لەبەردەمدا نییە تەنها ئەوە نەبێ کە چۆن زیرەکی خۆی بە چاکترین شێوە بەکاردێنێ.

ئەوەی ئەمڕۆ دەرکەووتوە ئەوەیە کە مەرج نیە زیرەکەکان هەمیشە کامەران بن، هۆی ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی کە زیرەکیەکەیان بە پێ ی پێویستییەکانی ژیان نەگونجاندوە، یا سودیان لە زیرەکییان وەرنەگرتووە بۆ باشتر کردنی ژیانیان و بوونەتە کۆیلەی نەزانییان.

دەڵێن دوو شت هەیە کەنابێ مرۆڤ پێیان تووڕە ببێ:

ئەوەی کە دەتوانێ بیکاو، ئەوەی کە ناتوانێ بیکا.

چونکە کەسێتی خۆت و ژیان و تەندروستیت لە هەرەتی تەمەندا کۆمەڵە شتێکن کە دەتوانی بیان پارێزی و بەهێزیان بکەیت و بیان چەسپێنی.

هەروەها حەز کردنت بە زانینی شتی زیاتر لە بارەی خۆتەوە و چۆن بە باشترین شێوە بژین، بە تەندروستی یەکی باش و لاوێتی یەکی گەشەوە و خۆ ڕزگار کردنت لە کۆیلایەتی دەرونی بەدەست هێنانی سەرکەوتن لە کارەکانتا دەتوانیت کە هەموو ئەو شتانە بکەیت و بیان گەیتێ.

بۆ یارمەتی دانیشت لەو بوارەدا ئەم کتێبە دانراوە.

زیندووە مردووەکان:

دەبێ ئەم ووشانە لەسەر کێلی گۆڕی هەندێ کەس بنوسرێ:

لە تەمەنی سی ساڵیدا مردووە.

لە شەست ساڵیدا نێژراوە.

چونکە زیندووە مردوەکان لەدنیادا زۆرن.

ڕاستی لاویێتی؛

ئایـا قـەت لـە ژیانتـا لاوت دیـوە کـە بـێ لاوێتـی بـێ، سـەیری نەخۆشخانەکان بکە دەیبینی کە چەندین گەنج هەبوون تا بیست ساڵی یا کەمێك زیاتر ژیاون و کۆتاییان پێ هاتووە.

دەتەوێ تۆ بزانی کەی تۆ دەبیتە پیرێکی کەنەفت؟

ئەمـە یەکێکـە لـەو ڕێگایانـەی کـە خـۆتی تیـا دەناسـی و بـۆت دەردەکەوێ کە ئایا تۆ هێشتا گەنجی یا پیر بوویت.

کاتێ لەخۆت دەپرسی:

(ئاخ بۆ ئەو ڕۆژانەی کە کوڕێك یا کچە لاوێکی گەشاوە بووم).

(گەر دەتبینیم، کە بۆ کوێ دەچوم و چیم دەکرد وەرە لام دابنیشە با باسی ڕابردووی خۆمت بۆ بکەم).

واز بهێنــە لـەبیر کردنــەوە لــە ڕابــردوو و ئــاخ هەڵکێـشان بـۆ ڕۆژەکانی....

ژیان لای هەندێك کەس بۆتـە دۆزەخێك بۆ ئەو شەو و ڕۆژانەی کە لەئاخ هەڵکێشان بـۆ ڕۆژانـی ڕابردوویانـدا بەسـەری دەبـەن و بـۆ ئـەو خۆزگانەیان کە نەهاتووەتە دی، هەندێکی تر لەمە زیاتریش دەڕۆن و دەڵێن:

ئەگـەر دەگەڕێمـەوە بـۆ ژیـانی ڕۆژانـی پێـشووم ئـەوا ئـەو هەڵانـەم نەدەکرد کە کردوومە.... بێگومان ئەو هەڵانە دووبارە ناکاتەوە و بەڵام هەڵەی خراپتر و کوشندەتر دەکات.

نوسەری ناوداری ئەمریکی (ولیام لیۆن فلیس) وتوویەتی:

- هەموو ئەوانەی تەمەنیان لە چل ساڵی تێدەدەپەڕێنن و لەشیان لاواز دەبێ بەڵام لە ڕووی ئەقڵی یەوە هەندێ ژن و پیاو هەن کە تا دواهەناسەیان زیرەکی و بیر تیژی خۆیان دەپارێزن.

(بەمەرجێك پارێزگاری لە تەندروستی خۆیان بکەن و بایەخ بەدنیای دەورروو بەریان بدەن).

(ئەمانە بە دڵنیاییەوە تەمەنیان درێژ تر دەبێ لەوانەی کە باوەڕ و بایەخیان بە ژیان لاواز دەبێ).

ئەگەر ئەقڵی مرۆڤ پڕبێ لەڕابردوو لەباتی بایەخدان ئێستاو ڕوانین بەرەو ئاینده، ئەوا ئەو مرۆڤە تێپەڕیوە و پەکی کەوتووە.

ئەگەرچی زانایانی توێکاری پێیان وایە کە تەمەنی بیست و دوو ساڵی سەرەتای لاواز بوونی جەستەیە، بەڵام ئەندێشەی داهێنەرانە کە بریتی یە لە ڕێگەی مرۆڤایەتی بەرەوە کامەرانی و ئاوەدانی، لە تەمەنی چل ساڵیدا دەگاتە ئامانجەکانی.

هەندێ لەو شاعیر و نوسەر و فەیلەسوف و هونەرمەندە نەمرانەی کە باشترین بەرهەمیان پێشکەشی جیهان کردووە لە تەمەنی گەورەدابوون (گۆتە) شاعیری مەزنی ئەڵمانی بەشی دووەمی (فاوست) ی لەدوای تەمەنی حەفتا ساڵیەوە نوسیوە.

هونەرمەندەکان باشترین کارەکانیان لە دوای پەنجا ساڵیەوە بەرهەم دێنن.

دکتۆرەکانیش لە دوای پەنجاو چوار ساڵیەوە.

یاسادانەرە مەزنەکانیش لە تەمەنی پەنجاو حەوت ساڵیدا.

شاعیری ناوداری فەرەنسی (ڤیکتۆر هۆگۆ) ووتویەتی:

- تەمەنی چل ساڵی پیریی لاوێتی یە..... و

(تەمەنی پەنجا ساڵی و لاوێتیی پیری یە).

جارێك نوسەرێك لە پیاوێكی هەشتا ساڵ دەپرسیّ:

- هۆی تەمەن درێژی چی یە؟

ئەویش لە وەلاٚمدا دەلێ: بەووردی نازانم، بەلاٚم كەم دەخۆم زوو دەنوم زۆر بەدەگمەن مەی دەخۆمەوە، مادەی سڕكەرەكان قەت بەكار ناهێنم، جگەرە كەم دەكێشم، هەوڵ ئەدەم كە خەفەت نەخۆم و هەموو بەیانیەك گەشبینانە پێشوازی لە دنیا دەكەم و هەرگیز بیر لە مردن ناكەمەوە وەك ئەوەی كە بۆ هەتا هەتایە بژیم.

لە ڕاستیدا هەتا بتوانی لاوێتی خۆت درێژ بكەیتەوە ئەوا ئەو ڕۆژانە كورت دەبنەوە كە تیایدا پیر دەبی.

هەتا لاوێتیت بمێنێتەوە دەبیّ ئاگات لە تەندروستیت بیّ.

بۆ ئەوەی باش ئاگات لە تەندروستی خۆت بیّ، دەبیّ خۆت لێوان لێوەكەی لە هیوا بۆ كەیشتن بە بالاٚترین پلەو پایە.

ئارەزووی ژیان: شاعیر ووتویەتی:

ئامانجی ژیان تەندروستی و لاوێتی یە، ئەگەر لای مرۆڤ نەما ئەوا خۆشی نامێنیّ، ئەمە ووتەیەكە كە هەندێك باوەڕیان پێیەتی و هەندێكی تر دژی دەوەستن پێیان وانیە كە لاوێتی هەموو شتێك بێت لە ژیاندا.

ڕەنگە هەندیّ كەس ببینین كە پیربن لە تەمەندا، بەلاٚم دەبینین كە لەشیان لە لاوان چالاكترە و بەرهەمیشیان زیاترە.

كەواتە لاوێتی هەموو ژیان نیە..

بەلاٚم بێگومان لە هۆكارە گرنگەكانی ناو ژیانە.

بەبڕوای من تەندروستی باش، لاوێتی هەمیشەییە..

حەز بەکارکردن و سەرکەوتن و سەرکردایەتی و چاکە ئەوشتانەن کە نەخۆشی دەردەپەڕێنن و بەسەر شتە ناکاو و خراپەکانی ژیاندا زاڵ دەبن.

با سەیری چیرۆکی ئەو ژنە بکەین کە لەبواری پەروەردەو فێرکردندا کاری دەکرد و سەرپەرشتی دەزگایەکی پەروەردەی دەکرد کاتێ نەخۆشی خستی لەسەر جێگا کەوت و لە نێوان ژیان و مردندا بوو، بەڵام کاتێ گوێی لە گفتوگۆیەك بوو لەو دیو دەرگاکەیەوە کە لەلایەن دوو کچەوە بوو کە لەگەڵ ئەودا کاریان دەکرد و یەکێکیان بەوی تریانی دەوت:

- خۆزگە بمان توانیایە قسەی لەگەڵ بکەین و پێی بڵێین کە چەند پێویستمان پێیەتی...... نەخۆشەکە کە گوێی لەو قسەیە بوو لە لێواری مەرگدا هەسای بەڵشاوی هێزی نوێ کرد کە توانای بەرگە کردنی زیاد دەکرد و حەزی ئەوەی لەلا دەژیاندەوە کە بۆ چەندساڵێکی کە کار بکاو خزمەت بەو نەوە تازە پێگەیشتوانە بکات کە پێویسیان پێیەتی.

لە ئاکامدا توانی بەرەنگاری نەخۆشیەکەی ببێتەوە، دوای ئەوەی پزیشکەکان لە چاك بوونەوەیان بێ ئومێد بوون، چەندین ڕووداوی وا هەیە کە لەڕووی زانستیشەوە شیاون، بەوەی ئەگەر کەسێ ئامانجێکی هەبێ کەبۆی بژی و کارێك کە بیەوێت تەواوی بکات، ئەوا هەموو ئەمانە هێزێکی هاندەری پێ دەبەخشن، لە دژی نەخۆشی، هەر نەخۆشی یەك.

کەواتە هەرگیز هیوا بڕاو مەبە لە ژیان، بەرگری بکە و بەرەنگاری بەرەوە تا دواچرکە، ئەگەر سەرکەوتی ئەوا تۆ لە ژیانێکی نوێدای

ئەگەر سەریش نەکەوتیت ئەوا مردن لە ململانێ و بەرەنگاری دا باشترە لە هەڵاتن و خۆ بەدەستەوە دان.

ئەم کتێبە کۆششە لە دژی نەخۆشی و بێ هیوایی و سەرنەکەوتن و چەکێکە لە دژی شکست و خۆبەدەستەوە دان و فێری گەشبینیت و دەکاو رێگاکانی خەباتت پێ نیشان دەداو ئاسۆ دەرونی یەکانی ژیان لەبەردەمتا ئاوەڵا دەکات لاوبی یا پیر.

* * *

دکتۆر (ئەرنۆڵد هۆچنکەر) کە دەرچووی زانکۆی (فرە دریك ویلهێلم) ی بەرلینە، دەڵێ:

(زۆر لەو نەخۆشیانەی کە سەردانی عیادەی پزیشکەکان دەکەن، نەخۆشی یەکان کۆتایی نایەت، سەرباری ئەو دەرمانانەی کەدەیان درێتێ و ئەو چاودێریەی کە پێشکەشیان دەکرێ).

(بەدەست زۆر شتەوە دەناڵێنن، هەندێکیان هەست بە ماندوێتی دەکەن هەندێکی تریشیان ناتوانن بخەون، هەندێکی تریشیان هەست بە ئازار دەکەن لە قاچەکانیاندا، هەندێکیشیان توشی حاڵەتی دەمار گرژی دەبن، بەڵام هەموویان هەست بەماندوویێتی یەکی گشتی دەکەن).

(هەمووشیان هەندێ جار بەئێرەیی یەوە باسی لە کەسێك دەکەن کەیناسن و بە گوڕ و تینە و بە ئارەزوو خۆی دەخوا و کەی بیەوێ دەنووێ و کەی بیەوێ چالاکانە لەخەو هەڵدەستێ کەچی ئەوان دەستو ئەژنۆ دادەنیشن و دەڵێن:

- ئێمە کاتێ لەخەو ڕا دەبین ئەوا ماندوو ترو شەکەت ترین لە کاتی پێش نوستنماندا...

ئەم نەخۆشە ماندووانە نازانن کە پیاوی چالاك زۆر وزەی ناوەکی دەردەخات بەڵام بەباشی بەکاری دێنێ و لە جێ و ڕێی دروستی خۆیدا...

کەچی هێزی ناوەکی ئەوان هەر دەپوکێتەوە وەك چۆن ئاوی جۆگە لە لمی بیاباندا دەتوێتەوە.... چونکە یاسایەکی زانستی هەیە ئەوە دەسەلمێنێ کە هیچ ووزەیەك لە مرۆڤدا بەفیڕۆ ناچێ.... کەواتە هێزی ئەوان بۆ کوێ دەچێ؟

پزیشکەکان نەخۆشەکان دەپشکنن بە هەموو ئەو ئامراز و هۆکارانەی لەبەردەستیاندایە و هەموو ئەو ئەزموونە زانیاریانەی کە هەیانە، کەچی هەندێ جار جیاوازی یان هەیە سەبارەت بە نەخۆشییەکە گە و هەریەکەیان هەوڵ ئەدەن تیماری دەردێکی بکەن کەچی دەردێکی تریان بۆ دەردەکەوێت کە تیایدایە.

کەواتە هەڵە لە کوێ دایە؟

ئایا دەشێ کە هێزی ئەو جۆرە کەسانە توشی ململانێ یەکی ناوەکی بوو بێ کە بەفیڕۆی بدات و لاوازی بکات؟

لە ڕاستیدا مرۆڤ هەردەم لەشەڕدایە لەگەڵ خۆیدا لەگەڵ لەشیدا لەگەڵ پێکهاتەی فیسیۆلۆژی ناوەکی خۆیدا هەروەك چۆن دەوڵەتێك دەکەوێتە شەڕەوە لەگەڵ هەندێ پێکهاتەی ناوەکی ڕاپەڕیو لە دژی هەوڵی گۆڕینی ڕژێمی حکومەتەمە ئەدەن.

مرۆڤیش وەك دەوڵەت وایەو هەوڵ ئەدات کە ئەو ڕەگەزە ڕاپەڕیوانەی ناوی سەرکوت بکات، ئەگەر خۆی پێ ی نەکرا ئەوا پەنا دەباتە بەر دکتۆر و بۆی دەرکەوێ کە دکتۆریش وەك خۆی دەستەوەستانە لەبەرامبەر ئەمەدا، چونکە دکتۆریش ناتوانێ

چارەسەری نەخۆشیەکە بکات ئەگەر هۆی نەخۆشی یەکە نەزانیّ و چ تێکدانێکی لە لەشدا دروست کردووە، تەنها لەو کاتەدا نەبیّ کە چارەسەری بکات.

شتێکی تر هەیە کە هەموومان دەبیّ بیزانین، ئەویش ئەوەیە کە مرۆڤ تەنها بەهۆی میکرۆبەوە توشی نەخۆشی نابیّ، بەڵکو نەخۆشی کاتیّ دەدا بەسەریا کە ئەو کەسە خۆی کردبێتە ژێر باری خەم و ماندوێتی و تورەیی، بەمەش بەرگری لاواز دەبیّ و تەندروستی تێك دەچیّ، بۆیە کارکردن بۆ پاراستنی تەندروستی یەکەمین ئەرکی مرۆڤە، تا پەتای نەخۆشی یە جۆراو جۆرەکان لەخۆی دور دەخاتەوە، ئەگەر نەخۆشیش کەوت ئەوا بەلەشێکی دروست و ویستێکی بە هێزەوە پێشوازی لیّ بکات و هەردەم وەك لاوێك بمێنێتەوە کە زۆرانبازی لەگەڵ ژیاندا دەکاو هەوڵ ئەدات کە بەسەریدا زاڵ بیّ.

بیّ گومان لاوێتیش تەمەن نانرخێنیّ، چونکە زۆر لاو هەن کە هەر لە لاوێتییاندا پیر دەبن و زۆر پیریش هەن کە هەر وەك لاو وان لە پیاوەتی و تەندروستی و لەش سوکی یاندا.

کەواتە پیری چیە و هۆکارەکانی چین؟

کە هەندیّ کەس زوو پیر دەبن و هەندێکی تر درەنگ ئەوا دەگەرێتەوە بۆ ئەو هۆکارانەی کە لەپێشەوە باسمان کردن، ئەویش پارێزگاری کردنی مرۆڤە لە تەندروستی و چالاکیی خۆی، سەر سپی بونیش نیشانەی پیری نیە، چونکە زۆر لاو هەن کە زوو سەریان سپی دەبیّ.

چاو کزبونیش هەر نیشانەی پیری نیە و زۆر کەس هەن کە هەر لە منداڵیەوە چاویان کز دەبێت.

نیشانەی پیری زۆرن وەك لاوازی سێکس و یادەوەری پەشێوی ی خوێنەبەرەکان و ڕەق بونیان ئەو کەسەی کە دەگاتە حەفتا ساڵی توشی ئەمانە دەبێ بەڵام هێور تر دەبێ بۆ ئەو کەسەی کە چاك پارێزگاری لە تەندروستی خۆی کردبێ و بایەخی خۆی پێدابێ و لاوێتی خۆی پاراستبێ.

زانستی نوێش ئەوەیە دەرخستووە کە ڕەچەڵەك و بۆماوە کاریگەری هەیە لەسەر تەمەن درێژی، بۆ نمونە هەندێ بنەماڵە تەمەنیان درێژە و هەندێکیان کورتەو ناگاتە چل و پەنجا.

من زەلامێك دەناسم کە تەمەنی بوو بە شەست و پێنج هەمیشە دەهاتە لام و دەیگوت کە تەمەنی لە حەفتا ساڵ تێناپەڕێ.

منیش پێم دەووت: بۆ ئەم ڕادەیە؟

ئەویش دەیوت: باوکە لە حەفتا ساڵیدا مردووە و دایکیشم هەر لە هەمان تەمەندا بەدوایدا ڕۆی و هەروەها باپیریشم و منیش هەروا دەبم.

کەچی هەرواش بوو لە حەفتا ساڵیدا مرد.

بەڵام هۆی تریش هەن کە زانست ڕاستیی سەلماندون وەك لاواز بوونی ڕژێنەکان و تێك چوونی ڕێژەی ڕژاندنەکانی کار لە لەش دەکا و لاوازی دەکا.

هەروەها ماندوو کردنی لەش و بەکار بردنی ووزەکانی تا ئەو پەڕی، دیسان لاوازی دەکا و توشی نەخۆشی و پیریی دەکات لە تەمەنی زوودا، چونکە لەشیش وەك ئامێر وایە ئەگەر زۆر بەکار بهێنرێ ئەوا دەسوێ و دەشکێ.

دوایین هۆ بریتی یە لە فەرامۆش کردنی یاسا تەندروستی یەکان و گوێ پێ نەدانیان ئەمە لاو پیر دەکا و پیر بەرەو مەرگ دەبا و بیری لە ترسناکترین هۆیەکانی پیریی و باوترینیان.

بەشی سیازدەیەم

چارەسەری دەرون: کەی دەبێ؟

دەبێ بەرلەوەی بەرە و ڕێگەی کامەرانی و سەرکەوتن و سەرکردایەتی بچین بە چارەسەری دەرونی دەست پێ بکەین و لە هۆکارەکنی بکۆڵینەوە و هەوڵی لەناو بردنی بدەین، ئەگەر لەمەدا سەرنەکەوتین ئەوا چونە پێش لە لێکۆڵینەوەی بەسود و وروژێنەردا بێ کەڵکە.

هیچ دکتۆر و دەرمانێك بەکەڵکت نایەو شێوازێکی ڕێجیمی خۆراکی و وەرزشیش، ئەگەر نەتوانی بەسەر هەست کردن بە کەمی لە خۆتدا زاڵ ببیت و ئامانجێك لەپێش خۆت دابنێیت و هەوڵی گەیشتن پێ ی بدەی.

باوترین و بڵاوترین کێشەکانی خەڵك هەست کردنیان بەکەمییە لە بەردەم دۆست و هاوەڵەکانیاندا، یا گەیشتنیان بەو باوەڕەی ئەکەرکانی ڕۆژانە یان بە شێوەیەکی تەواو و لەبار.

لەوانەیە وابزانین کە لاوانی زانکۆ لە سەیر و خۆشی و ڕابواردنەکانیاندا دەستەیەکی باوەڕ بەخۆ پێك دێنن، کە دڵنیان لە ئایندەی خۆیان و گیانیان بڕوا و سوربوونی لێ دەڕژێ، بەڵام ئەو لێکۆڵینەوە دەرونیانەی کە لەسەر زۆرێك لەو لاوە خوێندکارانە کراوە دەری خستوە کە لەسەدا نەوەتیان دەرون لاواز و بێ ورەن و لە

ئایندەیان و لە ئایندەیان نیگەرانن و لە توانای خۆیان بەگومانن بۆ گەیشتن بەوشتانەی کە دەیانەوێ.

ئەم هەست بە کەمی کردنە کاریگەری ی هەیە لەسەر تەندروستی مرۆڤ و ڕادەی بەرگری ی لە کاتی نەخۆشی یا نەخۆشیدا، بۆیە ئەمە خەمێکە ئەگەر توانیمان بیرەوێنینەوە ئەوا ڕێگەی کامەرانی و سامان و سەرکردایەتی لە بەردەم سەرکەوتوە باوەڕدارەکاندا ئاوەڵادەبێ.

پرۆفیسۆر (جۆهن هۆمەر میلەر)هۆی ئەم کەم و کوڕی یە دەگەڕێنێتەوە بۆ شارستانی ی ئەمڕۆ و ئەو ژیانە ئامێری یە نوێیەی کە دەیگوزەرێنن و پێی وایە کە ئەم ژیانە ئەم هەستە دروست دەکات، چونکە مرۆڤ ئەمڕۆ لەبەردەم جیهانێکی جەنجاڵ و هەڵچودا دەوەستێ کە جێ ی لاواز و دەسەپاچەی تیا نابێتەوە.

ئەوەی سەر نەکەوێ یا لە نیوەی ڕێگادا بوەستێ ئەوا ئەوانەی لەدوایەوە دێن پێی پیا دەنێن بێ ئەوەی یارمەتی بدەن و لێ ی بپرسنەوە.

کەواتە دەبێ مرۆڤ پشت بەخۆی ببەستێ لەسەر پێ ی خۆی ڕاوەستێ و بەدوای کارێکدا بگەڕێ یا کارێك بۆخۆی دروست بکا و هەوڵ بدات کە بەهێزی بکات تا بتوانێت بەهۆیەوە بژی.

هەندێك لەم هەوڵانە سەرکەوتوو دەبن و هەندێکیان نا، هەندێك لەو تێکۆشەرە پێشەنگانە دەگەنە لوتکە کە ژمارەیان کەمە هەندێکیشیان سامان بەدەست دێنن، هەندێکی تریش بژێوی خۆیان دابین دەکەن تەنها زۆر ینەیەك نەبێت کە لە جێی خۆیدا دەژی لە یەکێك لە گۆشەکانی ژیاندا و ژیانێکی سەخت و دژوار دەگوزەرێنێ و ڕۆژەکانی

لەوە زۆر ترە ماندوکەرن و دەسکەوتی کەمە و پێویستی یەکانی ژیانی

کە بەرگەی بگرێ.

ئەم زۆرینەیە هەستی بێ ئومێدی و دەسەپاچەیی و شەکەتی باڵی

بەسەردا دەکێشێ.

هەندێك لەمانە هەوڵ ئەدات کە ئەم کەم و کوڕی یە بە خەون و کار

داپۆشێ و هەندێکی تر لە ڕێی بێ هۆشکەرەکانەوە هەوڵی خۆ لە بیر

بردنەوە ئەدات.

هەروەك ئەو کابرا ئینگلیزی یەی کە لە (مانچستەر) دەژیاو کاتێ لێ

یان دەپرسی کە بۆچی زۆر دەخۆیتەوە دەی ووت:

- چونکە ئەمە کورترین ڕێ یە بۆ دەرچون لە (مانچستەر).

بە هۆی خواردنەوەوە ڕای کردووە لە شار یا پێ ی وایە لێ ی

چووەتە دەرەوە.

بە خواردنەوە و زیند خەیەو لەوانەیە مرۆڤ بتوانێ کە ئێستای لە بیر بچێتەوە بەڵام بۆ ماوەیەکی کورت، ئەم جۆرە هەوڵدانەش زۆر مەترسی دارە لەسەر مرۆڤ، چونکە شکست و دەسەپاچەیی ئەو دەسەلمێنێ و دەیکاتە دوو کەسێتی، یەکێکیان لە کاتی خواردنەوەدایە و ئەوی تریان کاتێ کە بەری ئەدات.

هەندێکی تر وەك ئەو ڕێوی یە دەکەن کە دەمی نەدەگەیشتە ترێکە و دەیووت ترشە، ئەم جۆرە کەسانە لە نرخی هەرشتێك کەم دەکەنەوە کە نەتوانن بیکەن یا لەشان و شکۆی هەرکەسێك کەم دەکەنەوە کە بەر لەوان سەرکەوتنی بەدەست هێنابێ.

هەوڵ ئەدان بەکەم کردنەوەی سەرکەوتنی ئەوانی تر پاساوی شکستی خۆیان بدەنەوە.

ئەوانەی کە ڕەخنە لە کەسانی تر دەگرن بیّ ئەوەی بتوانن کە ئەوە بکەن کە ئەوان دەیکەن و بگەنە ئەوەی پێگەیشتوون، ئەوانە ڕەخنەو قسەکانیان بەهەند وەرناگیریّ، بۆیە دەبێت خۆت کۆبکەیتەوە و سور بی لەسەر ئەوەی کەلە کارەکەتدا چاك بی بیّ گوێدانە بەهای ئەو کارە چونکە ئەگەر تۆ لە کارێکی بچوکدا سەرکەوتی ئەوا لە گەورەشدا سەردەکەوی.

کەسەیری ئەو کەسە سەرکەوتووانە دەکەین بەسەرسامیەوە دەپرسین: چۆن توانیویانە بگەنە ئەو سەرکەوتنە؟ و بەراورد لەنێوان تواناکانی خۆمان و ئەواندا دەکەین کەچی بۆمان دەردەکەوێت، کەئێمە لەوان زیاتر ئامادەیی سەرکەوتنمان تێدایە !

کەواتە نهێنی ئەوان لەکوێدایە؟ تۆبڵێی ئەوان پەیڕەوی شێوازێکی سیحری بکەن کەلە سەرکەوتن نزیکیان دەکاتەوە؟.

ئەگەر بەناو مێشکیاندا ڕۆبچین ئەوا بۆمان دەردەکەوێت کەئەو شێوازە سیحریە بریتیە لەو وێنەیەی کەدەربارەی خۆیان هەیانە، ئەوان خۆیان وەك کەسانێکی سەر کەوتوو وێنە کێشاوە.

بەڵام ئەوانەی کە ئامادەییەکانی سەرکەوتنیان بۆڕەخساوە و لەگەڵ ئەوەشدا شکستیان خواردووە، ئەوانە دەروونیان پڕە لەترس و گومان یان پڕە لە ڕق لەخۆیان بۆیە ئەوانە ناتوانن کەخۆیان وەك کەسانێکی سەر کەوتوو وێنا بکەن.

یەکێك لەوانە سەردانی منیکردو هەموو هیوای ئەوەبوو کەببێتە ئەکتەرێکی سینەمایی، کەچی هەرجارێك دەورێکیان دەدایە ئەوا

بەباشـی لەماڵـەوە ئـەنجامی دەدا، بـەڵام لەسـەر شـانۆ دەپەشـۆکاو سەرکەوتوو نەدەبوو.

من ڕێنمایی ئەم پیاوەمکرد کەلەسەر کاغەز ئەو وێنەیە بکێشێت کەخەونی پێوە دەبینێ و بەبەردەوامی بیخاتە پێش چاوی خۆی ناوی ئەو پیاوە ئەمڕۆ بۆتە یەکێك لە ئەستێرە پرشنگدارەکانی سینەما.

ئەوکەسەی کەوا چاوەڕوان دەکات ژیان هەموو بەرەکەتی خۆی پێ ببەخشێت ئەوا بەڕاستی بەدەستی دێنێت، چونکە خۆی بەکەسێکی سەرکەوتوو دادەنێ و بەهیچ شتێك کەمتر لەسەرکەوتن قایل نابێت.

ئەو زەلامەش کە دەڵێ: من لـە ژیانـدا هیـچم نـاوێ ئەوەنـدە نـەبێ کە کارێکم هەبێ، نانێکم لێ ی دەست دەکەوێ و برسی نەبم، لە راستیدا ئەمە سزای خۆی دەدات لە ئەنجامی هەندێ هەستی شاراوە. بـە گونـاح کـردن کە رەنگە هەر لە منالێ یەوە تێدا چەسپا بـێ. خـاوەنی ئـەم وێنەیـە لـە ژیانـدا زیـاتر لـەوەی دەسـت ناکـەوێ کـە بـۆ خـۆی دانـاوە ئەگـەر چـی بـە توانـا و بەهرەمەندیش بێ.

جـۆرە کەسـانێکی تـر هـەن کـە خۆیـان لـە سـەرکەوتن دوور دەخەنـەوە چونکە هەر خەریکی زیندە خەون، ئەوانە هیوای سەرکەوتن دەخوازن بەڵام نـاتوانن بیپـێکن، خۆیـان وەك کەسـێکی مـەزن ئەندێـشە دەکـەن، بەڵام لە دنیای راستیدا ناتوانن کە خۆیان دەربڕن.

ئایا بایەخ بە دەروونـدان لە پێشدایە؟

لە راستیدا ئەم کتێبە دەرمانێك بۆ کامـەرانی و سامان و تەندروستی و سەرکردایەتی پێشکەش بە خوێنەر بکات. بەڵام ئەوەی گرنگە لامان ئەوەیە کـە تەندروسـتی ی دەروونـی مـرۆڤ چـالك بکـەین و لـە سـەر بـەرەنگار

بوونەوەی نەخۆشی رای بێنین لە رێگای گیانیەوە، نەك تەنها لە رێ ی دەرمانەوە و کەشێکی وا لە دەوری دروست کەین کە پڕ بێ لە کامەرانی و قەناعەت کە بنەماکانی بەرەنگار بوونەوە لە خۆ بگرێ لە بەرامبەر هەموو کێشەکانی ژیان و گرفتەکانی جەستەدا.

ئەگەر بگەینە ئەو ئامانجە ئەوا بایەخدان بە جەستە ئاسان دەبێ و دەتوانین کە لە سەر کەوتنی تەندروستی ی پێویست دڵنیا ببین.

دەبێ کە وێنەی شکست لە مێشکی مرۆڤ دەربێنین و وێنەی سەرکەوتن لەباتیی دانێین، چونکە ئەو وێنەیە هەر لە مێشکیدا بمێنێتەوە. ئەوا هەموو ئامۆژگاری و رێنمایی یەکانیش بێ هودە دەبێت.

بۆ ئەوەی بتوانیت ئەو وێنە زەینی یە بگۆڕین کە مرۆڤ بۆ خۆی ی دروست دەکات و دەبێتە هۆی سەرنەکەوتنی، ئەوا دەبێ یارمەتی بدەیت لە دیاری کردنی ئامانجەکانیدا و لەوەدا کە چی ی دەوێ لە ژیانیدا.

زۆر کەس هەن کە خەو بەوەوە دەبینن کە رۆژێك لە رۆژان ببنە کەسێکی سەرکەوتوو، بەڵام ئەگەر لێ یان بپرسی کە ئەو سەرکەوتنە چی یە کە دەیانەوێ، ئەوا ناتوانن باسی بکەن و وزەی چالاکی یان پەرش و بڵاو دەبێ، چونکە ئامانجیان دیاریکراو نییە، کە واتە یەکەمین هەنگاو بریتی یە لە دیاری کردنی ئامانج بۆ نموونە ئەوە دەست نیشان بکەیت کە چ کارێکت بۆ خۆت دەوێ.

دەتەوێ ببیتە دکتۆرێك یا پارێزەرێك یا بازرگانێك یا فەرمانبەرێك یا خاوەنی هەر کارێکی تر.

یەکێکیان بۆ خۆت هەڵبژێرە و سەرەتا لەوە دڵنیابە کە بەو کارە رازیت و چێژی لێ وەردەگریت، کە ئامانجەکەت بە روونی دەست نیشان کرد، ئەوا

ژیاندا سەرکەوتوو بوون هەر لە سەرەتاوە زانیویانە کە چی یان دەوێ.
چالاکانە و بە بڕوا بە خۆ بوونەوە خەریکی دەبیت، هەموو ئەوانەی کە لە
ئەوەش کە ئامانجی خۆی بە روونی لە بەر دەم خۆیدا دابنێ و هەموو
توانای خۆی تێدا بخاتە گەر و بڕوای بە سەرکەوتنی خۆی بێ، ئەوا هەرگیز
شکست ناخوات.

ئەمە ئەو نەخۆشییەیە کە دەبێ هەموو لاوێك خۆی لێ بە دوور بگرێ
بەر لە هەموو شتێك: نەخۆشی هەست بە کەمی کردن و شکست لە ژیاندا
هەرکەسێك توانی بە سەر ئەمەدا زاڵ بێ و لە ژیانیدا دەریبکات، ئەوا
دکتۆر زۆر بە ئاسانی دەتوانی کە چارەسەری بکات و ئەم کتێبەش لە
سەریەتی کە رێنمایی بکات بەرەو کامەرانی و لەش ساغی و سەرکەوتن.

هەندێك شت هەیە کە هەموو لاوێك دەبێ هەر لە منالی یەوە بیزانێ
خواردنەوە و جگەرەکێشان بە شێوەیەکی بەربلاو بریتی یە لە رێگەیەکی
راستەوخۆ و خێرا بۆ تێکشکاندنی تەندروستی و پیر بوون.

هەر وەها دەبێ بزانین کە ئەگەر بیەوێت تەندروستی ی خۆی بپارێزێ،
دەبێت زوو چارەسەری خۆی بکات و سەردانی پزیشك بکات. ئەگەر هەستی
بە ناساغی کرد و هەر لە سەرەتاوە و بێ دواخستن، ئەمە رێنمایی یەکە بۆ
هەمووان چونکە پشت گوێ خستن نەخۆشی لە سەرەتاکەیدا وای لێ دەکات
کە تەشەنە بکات و چارەسەرکردنی زەحمەت تر بێ و زۆرتریش تێ بچێ کە
دەکرا خۆی لەمەیە دوور بگیرێ.

دیاردەیەکی تر هەیە کە یارمەتی ی لاوازکردنی مرۆڤ و پیرکردنی
دەدات، ئەویش کارکردنی بەردەوام و بێ حەوانەوە و شەونخونی درێژ و
کەم خۆراکی و رەشبینی و زۆر خەفەت خواردنی ئەمە لای ژن بریتی یە لە
سك و زاکردنی بەردەوام و ئیشی زۆر لەم بارەشدا بایەخ بە منال کەم

دەبێتەوە، ئەگەر خاوەن خێزانیش دەستکەوتی دیاریکراو بێ ئەوا ژیانی دژوار و ناخۆش دەبێ و ژن و مێرد زوو پیر دەبن و تامی کامەرانی ناکەن.

لە راستیشدا ئەوانەی کە دەستکەوتیان سنووردارە زاوزێ زۆر دەکەن، خۆیان و منداڵەکانیان بێ بەش دەکەن چونکە باش خۆراکیان نادەن و ناتوانن کە بخوێنن، بەمەش دایك و باوکەکە بە دەستی خۆیان ژیانی دژوار بە سەر خۆیدا دەسەپێنن و نەزانی و دەست فرۆشیش بە سەر منداڵەکانیدا و ئەگەر عاقڵ بوایە ئەوا ئەوەندە منداڵی دەخستەوە کە بتوانێ بە خێویان بکات.

بۆیە ئێمە تەنها لە بەر دەم نەخۆشی جەستەدا نین تا چارەسەریان بکەین، ئێمە لە بەردەم نەخۆشی گیان و دەروون و ئەو شەقڵە بچوکانەداین کە بیر لە ئایندە ناکەنەوە و خۆیان بۆ باری نائاسایی ئامادە ناکەن.بۆیە دەبێت کە هەر دووکیان پێکەوە گرێ بدەین و دەرمانێکیان پێشکەش بکەین و یارمەتی ی ئەو دووچینە بدەین لە رێگرتن لە دارمانی دەمار کە دەبێتە هۆی دارمانی لەش و سەرنەکەوتن لە ژیاندا.

بەشی چواردە یەم

دەوری ئازایەتی لە ژیاندا

نموونەیەکی زیندوو:

لە حەوشەی کەمناڵ بووم رۆژێکیان لە گەڵ هەندێ لە هاورێکانمدا لە حەوشەی ماڵێکی چۆڵدا یاریمان دەکرد، لە پڕێکدا بەردێك بەر دەستم کەوت و پەنجەکانمی شکاند، باوکم بردمی بۆ لای پزیشك ئەویش ووتی دەبێ بیبڕینەوە، هەر لە گوێم لەم قسەیە بوو دەستم کرد بە هاوار و گریان و تکام لە باوکم کرد کە ئەم بڕیارە دوابخات کە لەوانەیە بمکوژێ.

لە گەڵ بە سۆزی باوکم و خۆشەویستیشی بۆ من، بە گرژی یەوە تەماشایەکی کردم و پیێ ی ووتم:

کوڕم دەبێ ئەمە هەر بکەی و دەمەوێ کە تۆش وەکو من فێری ئەوە ببیت کە ملکەچی حوکمی قەدەر ببیت و سەبۆ زریانەکان نەوی کەی تا هێور دەبنەوە، ئەگینا تێکت دەشکێنێ.)

نەشتەرگەریەکە کرا و ئەوەی من لێ ی ئەترسام رووی دا پەنجەیەکم لە دەست دا، بەڵام لە یادم نیە کە ئەمە خەمبار یا نیگەرانی کرد بم لە رۆژانی داهاتوومدا.

چەند ساڵێك لەمەوبەر پیاوێکم دی کە دەستی لە مەچەکدا بڕا بوویەوە لێم پرسیی لەمە نیگەران نیت؟

ووتی: (زۆر بە دەگمەن بیری لێ دەکەمەوە پێ ی راهاتووم) لە راستیدا هیچ مرۆڤێك نیە کە ژیانی ناخۆشی و کێشەی تیا نەبێ لەم بارەشدا تەنها دوو رێگەی لە بەردەمدایە:

رێیەکیان ئەوەیە کە کارەساتەکەی بە باوەڕ و قایل بوونەوە بە واقعی وەربگرێ کە ئەمە رێگەی راست و دروستە، رێگەکەی تریان بریتی یە لە یاخی بوون لە قەدەر و ئەم رێیەش پڕیەتی لە دڕك و داڵ و ئەنجامەکەشی تەنها بریتی یە لە زیادکردنی کێشە و خەمەکان.

(ولیەم جیمس) راستی ووتوە کە دەڵێ: قبولْ کردنی کارەساتەکان بە ئازایەتی و تەسلیم بوون بە قەدەر یەکەمین هەنگاوە بۆ رزگار بون لە دەرئەنجامەکان.

(شۆپنهاور) یش لەم بارەیەوە ووتوویەتی: (راهێنانی دەروون لە سەر تەسلیم بوون دوگمەکانی قەدەر و ئازایەتی لە بەرامبەر کارەساتەکاندا یارمەتیمان ئەدات کە گەشتەکەمان لەم جیهانەدا بە ئاشتی بە رێ بکەین.

نموونەیەکی تر:

لەو یادەوەری یە شیرینانەی کە لە کتێبێکی چاکدا هەڵم گرتووە و لە هاوڕێم خاتوو (ئیلیزابێت کۆنلی) یەوە پێم گەیشتووە دوای ئەوەی کە برازاکەی لە دەست داوە کە تەنهت هیوای بووە دوای مردنی باوکی و مێردەکەی بەر لەو، لەو کتێبەدا دەڵێ:

(لەو رۆژەدا کە ئەمریکا ئاهەنگی گێڕا بە بۆنەی سەرکەوتنی سوپاکەی لە باکووری ئەفریقادا، بروسکەیەکم لە ئیدارەی سوپاوە پێ گەیشت کە دەڵێ برازاکەم کە ئەفسەرێکی لاوە لەو سوپایەدا لە رێزی وون بوان دایە، پاش ماوەیەکی کەم، بروسکەیەکی ترم پێ گەیشت

تێدا هاتبوو کە برازاکەم کوژراوە، ئەم هەواڵە بۆ من خورپەیەکی گەورە بوو، چونکە برازاکەم بۆ من وەك کوڕ و برا و مێرد وابوو لە یەك کاتدا، هەر ئەمەش وای لێ کردبووم کە دوای دەرچوونی لە زانکۆ هەست بە خۆشی یەکی زۆر بکەم و هەموو جوانی و چاکی ی ئەم دنیایەم لەودا بە دی دەکرد، کاتێ کە هەواڵی مردنیم بیست، هەموو هیواکانم داڕمان و وا هەستم کرد کە ژیان چیتر شتێکی وای تیا نەماوە کە شایەنی ئەوە بێ کە بۆی بژیم، بۆیە کارەکەمم فەرامۆش کرد و لە دۆستەکانم دوور کەتمەوە و چوومە ناو دنیای خەمەوە و بە کاسی یەوە لە خۆم دەپرسی: (بۆچی مردن ئەم لاوە خۆشەویستەم لێ دەباکە هەموو شتێك بوو لە ژیانی مندا و بۆ خۆشی ژیان هێشتا زۆری بەبەرەوە مابوو.)

بڕیارم دا کە واز لە کارەکەم بێنم و بچم بۆ جێیە کی دوور کە کەس نەمناسێ تیایدا، تا هەلی خۆ کوشتن بقۆزمەوە و لەم خەم و بێ ئومێدی یە گەورەیە رزگار ببم.)

کاتێ خەریکی پاك کردنەوەی نووسینگەکەم بووم، نامەیەکی کۆنی جوانەمەرگم دۆزیەوە کە دەڵێ:

(ئەو هەمووراستییە جوانانەم لە بیر ناچێ کە فێرت کردووم، هەر چەندە ماوەی نێوانمان دوور بێ و هەمیشە ئەو ئامۆژگاریەتم لە بیر دەبێ کە دەڵێ هەر شتێك لە قەدەرەوە بێ قبوڵی بکە بە روویەکی خۆش و گیانێکی دڵنیاوە.)

ئەو نامەیەم چەند جارێك خوێندەوە و وا هەستم دەکرد کە لە لامایە و پێم دەڵێ:

ئەی خۆت بۆ پەیرەوی ی ئەوە ناکەی کە رێنمایی منت پێ دەکرد، ئایا باشتر نیە کە لە گەشتی ژیاندا بەردەوام بیت، ئەمە ویستی خوداوەندە و رەت ناکرێتەوە، هەر چیەکیش بێ بەم زووانە بەیەك دەگەین.

- (ئەمە بە قولیێ کاری تێکردم، بۆیە گەڕامەوە سەر کارەکەم و کەمێك خەم و خەفەتم رەویەوە و بیرم لە کارەکەم و ئەو لاوانەی تر دەکردەوە کە لە سوپادا خزمەت دەکەن و جوانەمەرگ یەکێك بووە لەوان، چوومە خوێندنگەیەکی شەوانە، هەر وەها دەستم کرد بە گەڕان بە دوای هەندێ ئارەزووی نوێدا بۆ من لە بار بن و هاوریێ ی نوێ کە زیاتر لە گەڵما کۆك بن لە مەیل و خوو و رەوشتیاندا، من ئێستا ژیانێکی قووڵتر و فراوانتر دەگوزەرنێم وەك لەوەی پێشتر.

- تەنها بارودۆخەکان نیە کە وامان لێ دەکات بەختەوەر یا بەدبەخت بین، لە راستیدا رەفتاری ئێمە لە بەرامبەر ئەو بارودۆخانەدا بنەما یەکەمیەکانی کامەرانی یا بەدبەختیمان دادەرێژێ.

لە ناخی هەر یەکێکیشماندا هێزی شاراوە هەیە کە وامان لێ دەکات کە باشتر بەرگەی کارەساتەکان بگرین و بە سەریاندا زاڵ ببین وەگەر چی مرۆڤ پێشی وا بێ کە ناتوانێ وەمە بکات (بۆت کارینگتۆن)دەیوت:

- (دەتوانم کە هەر شتێك قبوڵ بکەم کە ژیان بیسەپێنێ بە سەرما تەنها یەك شت نەبێ ئەویش کوێری یە).

- کاتێك کە گەیشتە تەمەنی شەست ساڵی، رۆژێکیان سەیری ئەو فەرشەی ژێر پێ ی کرد کە چی نەیتوانی رەنگ و نەخشەکانی لێك جوێ بکاتەوە. لەو پزیشکە تایبەتمەندەوە کە بۆ راوێژ چوو بووە لای

تیٚ گەیشت کە یەکێك لە چاوەکانی تروسکای خۆی لە دەست ئەداو چوەکەی تریشی هەر لە ژێر هەمان هەڕەشەدایە.

بەڵام کارنکتۆن زانی کە چۆن بەرنگاری ئەم کارەساتە دەبێتەوە و لەم بارەیەوە دەڵێ:

(تەنها لە یەك چاومدا دوانزە عەمەلیاتیان بۆ کردم تا بینایيم دەست بخەمەوە، بەڵام ئەم هیوایە بە دی نەهات بۆیە فیش نەهەڵچوم و نە یاخی بووم چەنکە هەستم کرد کە لەمە قورتار نابم و دەبێ پێ ی قایل بم، هەر لە نەشتەرگەری ی یەکەمیشەوە ئەوەم رەت کردەوە کە لە ژۆرێکی تایبەت بە نەخۆشی نەدا بنوم و پێم باش بوو کە لە هۆڵێکی گەورەدا بم کە زۆری وەك من تیا بوو، دەستم کرد بە هاندانیان و دڵخۆش کردنیان، ئەمە خۆشمی هان ئەدا و دڵخۆشی ئەکردم کە کار لە کار ترازا و بینایيم دەست نەکەوتەوە دوای ئەو هەموو نەشتەرگەری یەش ئەوەم بە خۆم دەوت کە (میلتۆن) ووتوویەتی:

(ئەوە بە ئازار نیە کە مرۆڤ نابینا بێ، بەڵام ئەوە بە ئازارە کە مرۆڤ نەتوانێ بەرگەی نابینایی بگرێت).

خۆڕاگرتن لە بەرامبەر سەختی یەکاندا:

گەمژەییەکی گەورەیە کە ئەوانە دەیکەن کە ئارام باوەڕیان نیە کاتێ تووشی کارەسات و نەگبەتی دەبن، چ گەمژەییەك لەوە گەورەترە کە کارەساتبار هەڵچێ و ژیریی خۆی لە دەست بدا و وەك شێت پێیە کانی خۆی بکێشێ بە زەویدا و سەری خۆی لە دیوارەکان بدا، ئەم کلۆڵە بەمە لە کارەساتەکەی کەم ناکاتەوە، بەڵکو بە پێچەوانەوە توانای

بەرەنگار بوونەوەی خۆشی لاواز دەکا، بەمەش بە پێ ئەوەی بزانێ دەردەکەی زیاتر دەکا.

ئایا قەت دیوتە کە ئەسپێك یا گایەك تووشی نائومێدی و خەم بووابێ یا لە تورەیی و هەڵچون دەماری خۆی تێك شکاندبێ لە بەر ئەوەی کە لەوە رگەکەی نەماوە یا لە گەل مرۆیەکدا هەڵی نەکردووە.

من مەبەستم لەوە نیە کە هەروا بە ئاسانی لە بەردەم سەختی و قەیرانەکاندا بچەمێینەوە، مادەم دەرفەتێك لە بەردەمدایە تا مرۆڤ خۆی لێ قورتار بکات، ئەوا ئەرکی سەرشانیەتی کە بیقۆزێتەوە و هەوڵی بۆ بدات، بەلأم کاتێ کە ئەقڵ و مەنتیق حوکم دەکات بەوەی کە هەوڵ و ململانێ چیتر سوودی نیە، ئەوا دەبێ وازیان لێ بێنین و خۆمان تووشی زەحمەتێکی تر نەکەین.

من پرسیارم لە زۆرێك لە گەورە کارزانان کردووە سەبارەت بە رێچکەیان لە بەرامبەر ئەو کارەساتانەدا کە بەسەریان هاتووە و لەم بارەیەوە (هینری فۆرد) پێ ی ووتم:

(کاتیچ کە ناتوانم ئەو قەیرانانە چارەسەر بکەم کە تووشیان دەبم ئەوا وازیان لێدێنم تا خۆیان خۆیان چارەسەر بکەن).

(ن. کیلەر) ی بەرێوەبەری کۆمپانیای (کرایزلەر)یش پێ ی ووتم:

(کاتێ کە تووشی هەڵوێستێکی ناخۆش دەبم، ئەوا بیری لێ دەکەمەوە و لە هەموو لایەنێکیەوە لێ ی دەکۆڵمەوە، ئەگەر زانیم کە دەتوانم شتێکی بە سوود بکەم تا لێی رزگار بم ئەوا دەیکەم، ئەگەر نا ئەوە لە بیری دەکەم.)

پاشان ووتی:

- من له ئاینده ناترسم، هیچ کەسێك ناناسم لەم دنیایەدا کە دەکرێ (بزانێ کە رۆژان چی لە گەڵ خۆی دێنێ.)

(سـاره بێرنـار) یـش کـه بـۆ مـاوەی نیـو سـەدە بـه تواناترین و ناودارترین ئەکتەری شانۆ بوو، رۆژێکیان کاتێ کە بە کەشتی یەك بە زەریای ئەتلەس دا دەڕۆی، لە ناو کەشتییە کەدا پێ ی هەڵخلیسکا و قاچی بریندار بوو، ئەویش برینەکەی فەرامۆش کرد تا جەراعەتی کرد، کاتێك خۆی پیشانی پزیشکێکدا، ووتـی کـه دەبـێ ببڕرێتـەوە، بـەڵام سـەرەتا نـەیوێرا کـه ئەمـەی پـێ بڵـێ، نـه وەکـو تووشـی خورپەیـەکی دەروونی یا هیستریای بکات، بەڵام کاتێ کە رای خۆی پـێ ووت، تۆزێ داما پاشان بە هێمنی ووتی: (مادەم کارەکە وایە و مادەم ئەمە ویستی خوداوەندە چی دەبێ با ببێ) کاتێ کە نەخۆشەوانەکان دەیانبرد بۆ ژووری نەشتـەرگەری کورەکـەی دەسـتی بـه گریـان کـرد، ئـەویش وەك کەسێکی بڕوا بـه خـۆ بـوو پـێ ی ووت (دوور مەکـەوەرەوە، من زوو دێمەوە.)

ئەنجا دەستی کرد بە چرینی یەکێك لەو گۆرانی یانەی کە حەزی لێ ی بوو کـاتێ لـێ یان پرسـی ئایا لـه بەر ئەوە گۆرانی دەڵێ تا خەمی خۆی برەوێنێتەوە لە وەڵامدا ووتـی: (نـا بـەڵکو بۆ ئەوەی کە دکتۆر و نەخۆشەوانەکان دڵخۆش کەم.)

کـاتێ کـه لـه نەخۆشخانه دەرچوو تـا گەشتێك بە دەوری جیهاندا بکات بۆ ماوەی حەوساڵی تریش بـه قاچی بڕاویشەوە هەر سەرنجی خەڵکی بۆ خۆی رادەکێشا.

بۆیە ئێمە کاتێ کە واز لە ململانیەیەک دێنین وەک (ماکورمیک) دەڵێ: ئەوا دەست بە فیرۆدانی وزە و باوەڕی خۆمان هەڵدەگریت کە ئەمەش وامان لێ دەکات کە ژیانێکی خۆشتر و شادتر بگوزەرێنین.

هەڵوێستێکی ناخۆش:

دەگێڕنەوە کە یەکێك لەو سەربازانەی کە بەشداریی لەم شەرەی دوایی دا کردووە، لە تەمەنی بیست و سێ ساڵیدا چووەتە سوپاوە، چەند مانگێك دەریاوان بووە، رۆژێکیان ئەو تیپەی کە ئەم تێیدا کاری کردووە ناچار بووە کە چەندین تەن تەقەمەنی بگوێزنەوە بۆ شوێنێکی نادیار، هیچ شارەزایەکی تەقەمەنیش نەبوو تا سەرپەرشتی ی گواستنەوەی بکات، بەڵام ئەویان هەڵبژارد بۆ جێ بە جێ کردنی ئەم ئەرکە، ئەویش لێ ی تۆقیبوو سەرەڕای ئەو هەموو زانیارییانەی کە پێ یان دابوو بەر لەوەی کە بەم ئەرکە هەستێ، ئەم زیاتر ترسی لێ نیشتبوو بەوەی کە لە ناو ئەو چەندین تەن تەقینەوەیە دایە کە لە کەشتی یەکەی ئەمدایە، چونکە ئەم بەر لەوەی بچێتە سوپاوە بسکیتی فرۆشتووە.

ئەو سەربازە دوای ئەمە بەم شێوەیە باسی لەو رووداوە دەکات هەتا ماوم ئەو رۆژەم بیر ناچێتەوە، رۆژێکی هەور و زۆر سارد بوو، پێنج پیاویان لە گەل ناردبووم لە پاسەوانانی بە هێزی کەنار بوون، بەلام هیچیان شتێکیان دەربارەی ئەو تەقەمەنیانە نەدەزانی، دەستیان کرد بە گواستنەوەی سنووقەکان لە کەنارەوە بەرەو کەشتییەکە، هەر سنووقێکیش بەس بوو بۆ هەڵتەکاندنی کەشتی یەکە، بەو بارەوە ئێمەش چووین بۆ ئەو دنیا من خۆم وەستا بووم قورگم وشك بوو بوو، ئەژنۆکانم دەلەرزین و دڵم پەلەپەلی دەکرد.

(وا هات به بیرما که راکەم، بەڵام رێ نەبوو، جگە لەوەی کە هەڵاتنم شەرمەزاری یەکی گەورە بوو بۆ خۆشم و بۆ خێزانەکەشم و ئەگەر دوای ئەوە بشگیرامایە ئەوا سزاکەم لە سێدارەدان بوو.)

لە جێ ی خۆمدا وەستام و سەیری ئەو پێنج پیاوەم دەکرد کە سنووقەکانیان دەگواستەوە، ئەم کارە یەک سەعاتی خایاند و بەساڵێك لە من تێپەڕی، لە هەر چرکەیەکیدا وا چاوەڕێم دەکرد کە کەشتییەکە بتەقێتەوە).

لە کۆتاییدا هاتمەوە سەر خۆم، دەمویست کە ژیرانە شتەکان لێك بدەمەوە هەر لەو هەموو ترس و واهیمەیە، وام دانا کە کەشتییەکە تەقیوەتەوە و منیش لە گەڵیدا تیا چووم، پاشان لە خۆمم پرسی:

ئایا ئەمە رێگەیەکی ئاسان نیە بۆ مردن، زۆر ئاسانتر لە مردن بە سەرەتان؟

بیرم کەوتەوە کە من ناتوانم کە داوای نەمری بکەم لەم ژیانەدا، بۆیە دەبێ شێلگیرانە و بە قەناعەتەوە ئەرکی خۆم بە جێ بێنم.

(لە ئەنجامی ئەوەدا هەستم بە دڵنیایی کرد و بە سەر ترس و نیگەرانیمدا زاڵ بووم هەر کاتێ هەستم بکردایە کە تووشی دڵەڕاوکێ بوومەتەوە، سەرم بۆ ئاسمان هەڵدە بڕی و لە خوا دەپاڕامەوە کە ئەوەندە دانایم پێ ببەخشێ تا بە خۆشی یەوە ئەوە وەربگرم کە دەبێ هوەر ببێ و ئەوەندەش ئازایەتیم بداتێ کە بتوانم ئەوەی پێ بگۆڕم کە دەکرێ بگۆڕدرێ.

بەشی پازدەیەم

بنەماکانی سەرکەوتن چین؟

کارکردن لە کاتی خۆیدا:

زۆرێك لە فەرمانبەر و پیاوانی کار وا راهاتوون کە هەندێ جار هەندێك کێشە بە هەڵواسراوی بهێڵنەوە نە وەك یەکسەر دەست بە چارەسەری بکەن، بۆیە پەڕە کاغەز لە نووسینگەکانیاندا کەڵەکە دەبێ و کاتێ کە دەیانەوێ بگەڕێنەوە سەری کارەکەیان بە لاوە سەخت و دژوار دەبێ.

بەڕێوەبەری یەکێك لە خانەکان پەخش و بڵاوکردنەوە پێ ی ووتم کە جارێکیان ئامێرێکی چاپ لە ژوورەکەیدا وون بووە و بۆ ماوەی دوو ساڵ دیار نەماوە، کە چی بە رێکەوت کاتێ لە گەڵ سکرتێرەکەیدا بە دوای پەڕەیەکی تایبەتدا گەڕاوە لە ناو کاغەزە کەڵەکە بووەکاندا سەیر دەکەن کە کە ئامێری چاپەکە لە ناویاندایە.

گومانی تێدا نیە کە کاتێ نووسینگەکەت دەبینی پڕە لە نامەی وەڵام نەدراوە و ئەو راپۆرت و یاداشتانەی کە لێ یان نەکۆڵراوەتەوە ئەمە تووشی پەشۆکان و بێزاری و نیگەرانییت دەکات، تەنانەت هەست کردنی هۆ بەوەی کە کاتی نیە بۆ چارسەرکردنی کێشە زۆرەکانی زۆر جار وای لێ دەکات کە پەستانی خوێنی بەرز ببێتەوە یا تووشی نەخۆشی دڵ یا زامی گەدە ببێ.

دکتۆر (ولیەم سادلەر) کە یەکێکە لە گەورە پزیشکەکانی بواری دەروونی ووتی جارێکیان بەڕێوەبەری یەکێك لە دەزگا گەورەکانی شیکاگۆ هات بۆ عیادەکەم و بە دەست ماندوێتی و شەکەتی یەوە دەینالاند، لەو کاتەدا کە خەریکی گەڕانەوەی بە سەرهاتی خۆی بوو، زەنگی تەلەفۆنەکە لێی دا کە لە لایەن بەڕێوەبەری ئەو نەخۆشخانەیەوە بوو کە دکتۆر کاری تێدا دەکات و داوای لیٚ کرد کە راپۆرتێك ئامادە بکات سەبارەت بە کارێکی دیاریکراو، دکتۆریش یەکسەر راپۆرتەکەی نووسی و ناردی. ئەنجا دەستی کردەوە بە گوێگرتن لە میوانەکەی، بەلاٚم جارێکی تر زەنگی تەلەفۆنەکە لیٚ ی دایەوە ئەم داواکاری یەش دیسان بە پەلە بوو و دکتۆریش ئەمیشی زوو راپەڕاند، دوای ئەمە هاوڕیٚ یەکی هات تا پرس و رای پیٚ بکات سەبارەت بە نەخۆشێك کە لە حالەتێکی مەترسیداردایە، دکتۆریش رێنمایی پێویستی بەمیش دا و هاتەوە لای میوانەکەی و داوای لیٚ بوردنی لیٚ کرد، کە چی سەری سوڕما کاتیٚ میوانەکەی پیٚ ی ووت: (لیٚ بوردنی ناویٚ، ئەو چەند خولەکەی لای تۆ بە سەرم برد وای لیٚ کردم کە هۆی دەردەکەم بزانم و لە تۆشەوە فێر بووم کە چۆن چارەسەری بکەم بەوەی کە چەندە بتوانم کارەکانم جیٚ بە جیٚ بکەم و دوایان نەخەم).

خێرا بڕیارەکەت جیٚ بە جێکە:

یەکێك لە پسپۆڕەکان دەڵیٚ کە (بنەمای یەکەمی سەرکەوتن لە کارەکاندا بریتی یە لە رێکخستنیان و جیٚ بە جیٚ کردنیان بە پیٚ ی گرنگییان).

لە راستیشدا زۆربەی ئەوانەی کە لە کارەکانیاندا سەرکەوتوون پەیرەوی ئەم رێسایە دەکەن، بەیانیان زوو لە خەو هەڵدەسن و لەم کاتەدا کە مێشکیان سافە، بەرنامەی رۆژی کارکردنی خۆیان دادەڕێژن و دەست دەکەن بە جێ بە جێ کردنی لە گرنگیانەوە بۆ گرنگتریان.

ئەگەر (بەرناردشۆ) پەیرەوی ی ئەم رێسایەی نەکردایە لە کارەکانیدا رەنگە هەتا خانەنشین دەبوو، هەر لەو بانقەدا فەرمانبەر بوایە کە تێیدا کاری دەکرد، بەڵام ئەو هەر لە سەرەتای لاوی یەوە بەرنامەیەکی وای بۆ خۆی دانا بوو کە هەموو شەوێ لە کاتی دیاریکراودا پێنج لاپەڕە بنووسێ و بۆ ماوەی نۆسەعاتی رەبەق، ئەم بەرنامەیەی جێ بە جێ کردووە، ئەگەر چی لەو ماوەیەدا سێ دۆلاری لێ ی دەست کەوتووە، بەڵام سەرکەوتن لەوەدا بوو کە بووە نووسەرێکی گەورە وناسراو.

یەکێك لە قوتابیەکانم کە دواتر ببووە ئەندامی ئەنجومەنی کارگێڕیی کۆمپانیاکانی پۆلا، بۆی گێڕامەوە کە سەرنجی ئەوەی داوە کە ئەنجومەنەکە کۆبوونەوەی زۆر ساز دەکا و لە هەر یەکێکیاندا چەندین بابەت رووبەڕووی ئەو دەکەنەوە کە ئەمیش تەنها بایەخ بە کەمێکیان ئەدات، لە ئەنجامی ئەمەشدا کار و باری کۆمپانیاکە راوەستاوە، ئەمیش هاوەڵەکانی قایل کردووە بەوەی کە هیچ بابەتێك جێ نەهێڵن کە رووبەڕوویان دەکرێتەوە تا بە تەواوی لێ ی نەکۆڵنەوە و بڕیاری پێویستی لێ نەدەن یا خود بیدەنە دەست یەکێك لە ئەندامەکان تا خۆی بۆ تەرخان بکات، ئەمەش ئەنجامێکی باشی لێ کەوتەوە و ئەنجومەن بڕیاری دا کە لە هەموو کارەکانیدا پەیڕەوی ی ئەمە بکات.

دابەشکردنی بەرپرسیارێتی یەکان:

زۆر لە گەورە فەرمانبەران و پیاوانی کار بە دەستی خۆیان، خۆیان بەرەو هەڵدێر و نەخۆشی و مردن دەبەن، چونکە سوورن لە سەر ئەوەی کە خۆیان هەموو کارەکانیان جێ بە جێ بکەن، ئەگەر چی هەڵبژاردن لە دابەشکردنی کار و بەرپرسیارێتی دا شتێکی ئاسان نیە و دانی کارێك بە کەسێکیش کە توانای ئەوەی نەبێ شتێکی بە جێ نیە، بەڵام لە گەڵ ئەوەشدا دابەشکردنی کار شتێکی پێویستە، چونکە خڕبوونەوەی لە دەستی تەنها کەسێکدا چەند بە تواناش بێ، زۆر مەترسیدارە بۆ سەر کارەکە سەرباری ئەوەی کە زیان بە تەندروستی خۆشی دەگەیەنێت، چونکە زیاتر لە توانای خۆی کار دەکات.

بەشی شازدەیەم

خــــــەم وەلانێ

چۆن خەم لە بیر دەکەی؟

بیستم دکتۆرێك کە ناوی (فرانك لۆب) ە تووشی رۆماتیزمەیەکی توند بووە و لە جوڵەی خستووە و بۆ ماوەی بیست و سێ ساڵ لە جێدا کەوتووە، چووم سەردانم کرد، سەرم سوڕما چونکە کەسێکی زۆر خەیاڵ ئاسوودە و دور لە خەم و خەفەت بوو، چی کردبوو؟ هەستا بوو بە کۆکردنەوەی ناو نیشانی هەموو ئەوانەی کە وەك ئەم نەخۆشی دا بوونی بە زەویدا و لە جوڵەی خستبوون و دەستی کردبوو بە ناردنی نامەی پڕ لە باوەڕ و هاندان و گەشبینی و خۆشی بۆیان، زۆر نەخایاند کە ئەمانە کۆمەڵێکی گەورەیان لێ پێك هات لە چەندین ولاتدا کە نامەیان لە گەل یەکدا ئاڵۆ و گۆڕ دەکردو باسی ئەدەب و زانست و فەلسەفە وئایین و هونەریان بۆ یەکتری دەکرد.

ئەمە وای لە دکتۆر (لۆب) کردبوو کە واهەست بکات بۆ ئامانجێك دەژی و پەیامێکی هەیە لە ژیاندا کە نەخۆشی یەکەشی نەبووەتە رێگری، بۆیە خۆی نەداوەتە دەست لاوازی و خەم و خانمێکی هاوڕێم پێ ی ووتم:

ماوەی حەوت ساڵە بەر لە جەژنی سەری ساڵ خەم و خەفەتێك دامدەگرێ کە خەریکە بمکوژێ، ئەوە یەکەمین جەژن بوو کە دوور لە

مێردەکەم کە لە پڕێکدا کۆچی کرد، بە سەر ببەم، پاش ئەوەی کە چەندین ساڵمان بە خۆشی پێکەوە گوزەراند، چەندین بانگهێشتم بۆ بە سەربردنی شەوی جەژن رەت دەکردەوە کە لە خزم و هاوڕێ یانمەوە پێم دەگەیشتن، چونکە حەزم دەکرد لە گەڵ خەمی خۆمدا هاوەڵ بم. رۆژێك پێش جەژن، سەعات سێ ی پاش نیوەڕۆ نووسینگەکەمم جێ هێشت و دەستم کرد بە سوڕانەوە بە ناو شەقامەکاندا کە جمەیان دەهات لە خەڵکانی دڵخۆش و رۆخۆش، ئەمەش یادگاری ئەو ساڵە خۆشانەی هێنامەوە یاد کە لە گەل هاوسەرەکەمدا بە سەرم بردبوو بۆیە دامە پرمەی گریان.

پاش ئەوەی بۆ ماوەی سەعاتێك بە رێدا رۆیشتم گەیشتمە ویستگەیەك کە هی پاسەکانی قەراخی شار بوو، سوار بووم و ئەوەندە وورِ بووم کاتێ بە ئاگا هاتم کە بلیتبڕەکە پێ ی ووتم: ئەمە دوایین ویستگەیە خانمەکەم.

منیش دابەزیم و نەشم دەزانی کە لە کوێ دابەزیوم، بەڵام کورسیەکم دۆزیەوە کە لە ژێر دارێکدا بوو و لە سەری دانیشتم و خەو بردمیەوە و لە دەنگی دوو منال خەبەرم بوویەوە کە دەیان ووت (رەنگە بابانۆئێل ئەم خانمەی بۆ ئێمە ناردبێ)، کاتێ چاوم کردەوە دوو کچۆڵەی جل شڕ بوون، کاتێ قسەم لە گەل کردن بۆم دەرکەوت کە هەتیون و لە هەتیوخانەیەکی نزیك لەو ناوەدا دەژین.

قسەکانیان خەمەکانمی رواندەوە.

دەستم کرد بە بیرکردنەوە، نازی و سۆزی باوکایەتی کە من لە منالیمدا لیی بێ بەش نەبووم، دوو کچۆڵەکەم بردەوە بۆ هەتیوخانەکە و نانی ئێوارەم لە سەر ئەرکی خۆم بۆ ئامادە کردن و نانێکی خۆشمان

پێکەوە خوارد و ئاهەنگێکی بچوکیشمان لە پاشاندا سازدا کە ئەمەش هەموو ڕەشبینی یەکانمی سڕی یەوە، ئەم ئەم ئەزموونە ئەوەی فێر کردم کە ئێمە کاتێ دەبەخشین ئەوا وەردەگرین و کاتێ یارمەتیی کەسانی تر ئەدەین و بایەخیان پێ ئەدەین ئەوا خەم دەبەزێنین.

یەك لە سەر سێ ی ئەوانەی کە نەخۆشی دەروونی یا جەستەیی یان هەیە، هۆی نەخۆشی یە کەیان ئەوەیە کە هەست بە بۆشایی دەکەن لە ژیانیاندا و لایان هیچە. ئەگەر بیریان لە یارمەتی دانی کەسانی تر بکردایەتەوە ئەوا چاك دەبوونەوە. چونکە ژیان و بارودۆخت هەر چۆنێك بێت، ئەوا لە هەر ڕۆژێکدا ئەوەندە خەڵك دەبینی کە پێویستیان بە ووشەیەکی باش هەیە لە تۆوە یا دەربڕینی هەستی بەشداری کردنت لە خۆشی و ناخۆشی یاندا.

بیر لە پۆستەچی یا ڕۆژنامە فرۆشی یا سەوزە فرۆشی یا بۆیاخچی بکەرەوە، ئەمانە هەموویان خەم و خەون و خۆزگەی خۆیان هەیە و هەمووشیان پێویستیان بەو کەسە هەیە کە دەستی یارمەتی یان بۆ درێژ بکاو وایان لێ بکات کە هەست بکەن ئەوانیش مرۆڤن و بەها و پەیامی خۆیان هەیە لە ژیاندا.

پێویست ناکات کە چاکسازێکی کۆمەڵایەتیی گەورە یا ملیۆنێرێك بیت بۆ ئەوەی شتێکی باش بکەیت، دەتوانیت کە لە جیهانی تایبەتی خۆتدا زۆر شت ئەنجام بدەیت، بەیانی هەر کە خۆت ئامادە دەکەیت بۆ چوونە سەرکار بیر لەوە بکەرەوە کە چۆن ئەوانی تر هەست بە بایەخدانی تۆ بکەن، بەمە خۆشت هەست بە خۆشی یەکی گەورە دەکەیت، چونکە کاتێ ڕێز لە کەسانی تر دەگریت و خزمەتیان دەکەیت، ئەوا ڕێز لە خۆت دەگریت و خزمەتی خۆت دەکەیت.

چاکە بکە چاکە دێتە ڕێت:

مامۆستایەکی زانکۆ پێ ی ووتم:

من ناچمە ئوتێلێك یا سەرتاشخانەیەك یا دوکانێك بێ ئەوەی شتێکی شیار بەوانە نەڵێم کە تووشیان دەبم، وایان لێ بکەم کە وا هەست بکەن مرۆڤێکی زیندووی خاوەن کەرامەتن نە وەك ئامێرێکی بێ گیان. من هەندێ جار ستایشی ئەو کچە دەکەم کە خزمەتم دەکا و سەرتاشەکەم دەدوێنم و هەواڵی ماڵ و کاری لێ دەپرسم تەوقە لە گەڵ ئەو حەماڵەشدا دەکەم کە جانتاکانم بۆ هەڵدەگرێ، کاتێ تووشی کەسێکیش دەبم کە نایناسم و سەگێکی جوانی پێ یە ستایشی ئەم هەڵبژاردنە چاکەی دەکەم وا بزانم هەر کە لێ ی دوور کەوتمەوە لە خۆشیاندا دەست بە پشتی سەگەکەیدا دێنێ) هەر چەندە دەتوانی تەوقە لە گەڵ خەڵدا بکە و بە زەردەخەنەوە سەیری ئەوانە بکە کە تووشیان دەبی بیان ناسی یا نەیان ناسی.

پەندێکی چینی هەیە کە دەڵێ: (بۆنی گوڵ هەمیشە بەو دەستەوە دەمێنێ کە پێشکەشی دەکات)، ئەگەر ئەم ئامۆژگاری یە بۆ پیاوان پێویست بێ ئەوا بۆ ژنان پێویست ترە، ئەو کچەیەی کە بایەخ بە کەسانی تر ئەدا بە پەرۆشەوە گوێ لە قسەکانیان دەگرێ و دەرفەتەکان لە پێناوی خزمەت کردنیاندا دەقۆزێتەوە، ئەوا ئەوا هەمووان بە لای خۆیدا رادەکێشێ و خۆشەویست دەبێ لایان، ئەگەر چی جوانیش نەبێ.

ماوەتەوە بڵێین ئەگەر پێویست بێ لە سەرمان کە ژیان لە بەر چاوی ئەوانیتردا جوان بکەین، ئەوا دەبێ زوو دەست بەم کارە بکەین چونکە ژیان کورتە و دەرفەتەکان رەنگە دووبارە نەبنەوە، خێرا ئەو چاکەیە بکە کە دەتەوێ بیکەی یا ئەو خزمەتەی کە دەتەوێ پێشکەش بکەی، خۆت لە بیرکە لە رێ ی بایەخدان بەوانیترەوە و هەموو رۆژێ شتێکی باشی وا بکە کە زەردەخەنە بخاتە سەر رووی کەسێك کە تووشی دەبی جا بیناسی یا نەیناسی.

بەشی حەڤدەیەم

هەمیشە لاوێتی خۆت نوێ بکەوە

چۆن پیرێتی خۆت لە بیر دەکەیت:

زۆر کەس لەو باوەڕەدان کە تەمەنی شەست و پێنج سالّی سەرەتای قۆناخی سستی و وازلە کارهێنانە و زۆر لەوانەی کە ئەم تەمەنەیان تێ پەڕاندووە پێ یان وایە کە چیتر بە کەلّکی هیچ نایەن.

بەلاّم بەم دوایی یە لە زۆربەی ئەرووپادا کۆمەڵێ پیر پەیدا بوون کە تەمەنی حەفتا سالّیشیان تێ پەڕاندووە و هێشتا هەر گورج و گۆڵ و بە گوڕن، بۆ نموونە من لە ئیتالیا سەردانی (ڤیتۆریۆ ئۆرلاندۆ)م کرد کە تەمەنی گەیشتۆتە نەوەد و یەك سالّی و یەکێك بووە لەو سەرەك وەزیرانەی کە پەیماننامەی (ڤێرسای)یان مۆر کردووە. ئەم لەو تەمەنەشدا هێشتا ئەندامێکی چالاکی ئەنجومەنی پیرانی ئیتالیا بوو و سەرپەرشتی نووسینگەیەکی گەورەی پارێزەری شی دەکرد و لە زانکۆی رۆماش وانەی دەوتەوە و تەندروستی یەکی باشی هەبوو و هەموو رۆژێك هەشت سەعات دەخەوێ و هیچ نەساغی یەك وای لێ ناکات کە واز لە کارەکەی یا وەرزشەکەی بێنێ کە بریتی یە لە رۆیشتن بۆ ماوەیەکی زۆر.

ئیتالیایەکی تریش هەیە کە لە تەمەنی هەشتا و حەوت سالّی دایە ئەویش دکتۆر (رافائیل باستیانلی) یە کە نەشتەرگەرێکی بە ناوبانگە

ئەمیش تا ئێستا هەموو رۆژێ سێ نەشتەرگەری ئەنجام ئەدا و خۆی سەیارەکەی لێدەخوڕێ و هەموو رۆژێ چەندین سەعات لە عیادەکەیدا، هەتا دە سال لەمەو بەریش خۆی فڕۆکەکەی خۆی لێ دەخوڕی، ئەگەر چی هەر تەمەنی لاوێتی ی یەوە.

کاتێ (ئەدوار هەریۆ) لە فەرەنسا گەیشتە تەمەنی هەشتا ساڵی هێشتا هەموو رۆژێك زیاتر لە دە سەعات کاری دەکرد لە هەفتایەکداو پێشوازی لە چەندین میوانیش دەکرد، هەموو بەیانیەکیش سەیارەکەی خۆی بەرەو شاری (لیۆن) لێدەخوڕی و رۆژانی شەمە و یەك شەممە و دووشەمەی لەوێ بە سەردەبرد و رۆژی سێ شەمەش دەگەڕایەوە بۆ پاریس، هەموو مانگێکیش دوو ووتاری دەنووسی و یاداشتەکانی خۆشی دەنووسیەوە، لە ساڵی ١٩٤٩ شدا کتێبێکی سەبارەت بە هەنەرمەند (رۆدان) بلاو کردەوە، واش راهاتبوو کە مانگی دووجار سەردانی (فرانسیزی کۆمیدی) بکا و لەو شتانەش کە زۆر حەزی لێ ی بوو ئەوە بوو کە لە گەڵ ئەم و کۆمەڵێ منالی بچوکدا سەیری ئاهەنگی سێرك بکات، ئەگەر چی کە نەخۆشیەکیش هەبوو لە قاچیدا و بۆریچکەی سی یەکانیشی هەوکردنی مێژینەیان هەبوو، کاتێ کۆچی دوایی کرد کە بە تەواوی لە ژیان تێر بوو بوو.

(بریتراند راسڵ) یش تەمەنی گەیشتە نەوەد ساڵی، بەڵام زوو ماندوو دەبوو و نەیدەتوانی کە زۆر بڕوات، کاتێ کە سەردانی(لۆرد هۆردەر)-م کرد کە یەکێکە لە دکتۆرەکانی کۆشکی پاشایی لە ئینگلتەرا بینیم کە لە عیادەکەی دا ئاهەنگی جەژنی لە دایك بوونی هەشتا و یەك ساڵەی خۆیدەگێڕێ، لە گەڵ ئەمەشدا رۆژی دوانزە سەعات کار دەکا و لە کاتی دەست بەتاڵی دا بایەخ بە باخچەکەی

بەشی حەڤدەیەم

هەمیشە لاویتی خۆت نوێ بکەوە

چۆن پیریتی خۆت لە بیر دەکەیت؛

زۆر کەس لەو باوەڕەدان کە تەمەنی شەست و پێنج سالی سەرەتای قۆناخی سستی و وازلە کارهێنانە و زۆر لەوانەی کە ئەم تەمەنەیان تێ پەڕاندووە پێ یان وایە کە چیتر بە کەلکی هیچ نایەن.

بەلام بەم دوایی یە لە زۆربەی ئەرووپادا کۆمەلێ پیر پەیدا بوون کە تەمەنی حەفتا سالیشیان تێ پەڕاندووە و هێشتا هەر گورج و گۆل و بە گوڕن، بۆ نموونە من لە ئیتالیا سەردانی (ڤیتۆریۆ ئۆرلاندۆ)م کرد کە تەمەنی گەیشتۆتە نەوەد و یەك سالی و یەکێك بووە لەو سەرەك وەزیرانەی کە پەیماننامەی (ڤێرسای)یان مۆر کردووە. ئەم لەو تەمەنەشدا هێشتا ئەندامێکی چالاکی ئەنجومەنی پیرانی ئیتالیا بوو و سەرپەرشتی نووسینگەیەکی گەورەی پارێزەری شی دەکرد و لە زانکۆی ڕۆماش وانەی دەوتەوە و تەندروستی یەکی باشی هەبوو و هەموو ڕۆژێك هەشت سەعات دەخەوێ و هیچ نەساغی یەك وای لێ ناکات کە واز لە کارەکەی یا وەرزشەکەی بێنێ کە بریتی یە لە ڕۆیشتن بۆ ماوەیەکی زۆر.

ئیتالیا یەکی تریش هەیە کە لە تەمەنی هەشتا و حەوت سالی دایە ئەویش دکتۆر (رافائیل باستیانلی) یە کە نەشتەرگەرێکی بە ناوبانگە

ئەمیش تا ئێستا هەموو رۆژێ سێ نەشتەرگەری ئەنجام ئەدا و خۆی سەیارەکەی لێدەخوڕێ و هەموو رۆژێ چەندین سەعات لە عیادەکەیدا، هەتا دە سال لەمەو بەریش خۆی فڕۆکەکەی خۆی لێ دەخوڕی، ئەگەر چی هەر تەمەنی لاوێتی ی یەوە.

کاتێ (ئەدوار هەریۆ) لە فەرەنسا گەیشتە تەمەنی هەشتا ساڵی هێشتا هەموو رۆژێك زیاتر لە دە سەعات کاری دەکرد لە هەفتایەکداو پێشوازی لە چەندین میوانیش دەکرد، هەموو بەیانیەکیش سەیارەکەی خۆی بەرەو شاری (لیۆن) لێدەخوڕی و رۆژانی شەمە و یەك شەممە و دووشەمەی لەوێ بە سەردەبرد و رۆژی سێ شەمەش دەگەڕایەوە بۆ پاریس، هەموو مانگێکیش دوو ووتاری دەنووسی و یاداشتەکانی خۆشی دەنووسیەوە، لە ساڵی ١٩٤٩ شدا کتێبێکی سەبارەت بە هەنەرمەند (رۆدان) بڵاو کردەوە، واش راهاتبوو کە مانگی دووجار سەردانی (فرانسیزی کۆمیدی) بکا و لەو شتانەش کە زۆر حەزی لێ ی بوو ئەوە بوو کە لە گەڵ ئەم و کۆمەڵێ منالی بچوکدا سەیری ئاهەنگی سێرك بکات، ئەگەر چی کە نەخۆشیەکیش هەبوو لە قاچیدا و بۆریچکەی سی یەکانیشی هەوکردنی مێژینەیان هەبوو، کاتێ کۆچی دوایی کرد کە بە تەواوی لە ژیان تێر بوو بوو.

(بریتراند راسڵ) یش تەمەنی گەیشتە نەوەد ساڵی، بەڵام زوو ماندوو دەبوو و نەیدەتوانی کە زۆر بڕوات، کاتێ کە سەردانی(لۆرد هۆردەر)-م کرد کە یەکێکە لە دکتۆرەکانی کۆشکی پاشایی لە ئینگلتەرا بینیم کە لە عیادەکەی دا ئاهەنگی جەژنی لە دایك بوونی هەشتا و یەك ساڵەی خۆیدەگێڕێ، لە گەڵ ئەمەشدا رۆژی دوانزە سەعات کار دەکا و لە کاتی دەست بەتاڵی دا بایەخ بە باخچەکەی

ڕێسایەکی دیاری کراو نیە بۆ تەمەنی درێژ دەدات، بەڵام وادیارە کە چونکە هەندێ لەو بەتەمەنە چالاکانەی کە من دیومن، هیچ ڕۆژێک تووشی نەخۆشی یەکی ترسناک نەبوون، هەندێکیان دەوڵەمەند بوون و هەندێکیان هەژار، بەڵام هەموویان بێ جیاوازی زیاتر لە کەسانی ئاسایی چێژیان لە ژیان وەردەگرت و حەزیان بە شت و شێوازە نوێکان دەکرد و هەوڵیان ئەدا کە زانیاری خۆیان زیاد بکەن، ئاسۆی بیرکردنەوەیان فراوان بکەن، تەنها سکاڵایان بریتی بووە لە زوو لە بیرکردنی ناوەکان.

ترس بۆ؟

دکتۆر(کلارنس لیب) لەم بارەیەوە نووسیویەتی:

لەم ساڵانەی دوایی دا تێکڕایی تەمەنی مرۆڤ بەرز بۆتەوە بە هۆی پێشکەوتنی بەرچاوی زانستی پزیشکی یەوە، بەمەش ژمارەی پیرە بە تەمەنەکان لە هەر دوو ڕەگەز زیادی کردووە.

بەڵام تەمەن درێژی سوودێکی وای نابێ ئەگەر بە تەمەنەکە ئەو ئامرازانەی بۆ دەستەبەر نەبوو بێ کە خۆشی و چاکی و توانای چێژ وەرگرتن لە ژیانی بۆ دابین دەکات.

هەندێك دەڵێن (بۆ ئەوەی زۆر بژیت، دەبێ کە دایک و باوکێکی لاو لە خێزانێك هەڵبژێری کە بە تەمەن درێژی ناسراون.

ئەم قسەیە زۆر لایەنی ڕاستی تیایە چونکە ڕەچەڵەك و بۆ ماوە هۆکارێکی گرنگە لە تەمەن درێژیدا، بەڵام ڕەنگە ژینگە یا دەوروبەر زۆر لە ڕەچەڵەك گرنگتر بێ لە دیاری کردنی تەمەندا، یەکێك لە ڕاستی یە

زانراوەکانیش ئەوەیە کە ئەوانەی هاوسەرگیری یان کردووە لە تەنهاکان زیاتر دەژین.

لێکدانەوەی ئەمەش ئاسانە، چونکە تەنهاکان هەستی خۆشەویستی و هاوڕێیەتی یان بۆ رەگەزەکەی تر نیە، بایەخیش بە خۆراك و تەندروستی ی خۆیان نادەن وەك ئەوانی تر، لە ئەنجامی ئەمەشدا فێری خوی نهێنی و زۆر خواردنەوە دەبن و تووشی پەشێوی یە سێکسی یەکان دەبن.

لێرەوە دەردەکەوێ کە تەمەن درێژی تەنها بەند نیە بە رەچەڵەکەوە، بەڵکو بارودۆخی مرۆڤیشی دەچێتە سەر کە کار لە ژیانی دەکات.

ترسناکترین دەردەکانی پیری ترسە کە چەندین شێوەی هەیە، باوترین یان ترسە لە نەخۆشی، رەنگە هۆی ئەمە ئەوە بێ کە زۆر لە بەتەمەنەکان پێ یان وابێ کە نەخۆشیەکانیان چارەسەری نیە، راستە کە بە تێپەڕبوونی کات، ئەو نەخۆشی یە لە مێژینانە دەردەکەون کە لە کاتی لاوی و هەرەتی پیاوەتی دا تووشمان بوون، بەڵام کەسی بە تەمەن چیتر بڕو بیانووی نامێنێ ئەگەر پزیشکێکی شارەزا چاودێری ی بکات و ئاگاداری هەموو زانیاری یە نوێ کانی بواری نەخۆشیەکانی پیریی و چۆنیەتی چارەسەرکردنیان بێ و ئەزموونی تیایاندا هەبێ.

شێوەکانی تری ترس، بریتیە لە ترس لە هەژاری، کە ئەمەش ترسێکە تەنها تووشی هەژاران وخەڵکە مام ناوەندەکان نابێ، بەڵکو ئەو دەوڵەمەندانەش دەگرێتەوە کە خۆیان گرتووە بە چروکی یەوە هەر لە رۆژانی لاوێتی یانەوە و لە کاتی پیریی شیاندا هەر خۆیان دەڕەتێنن و خۆیان لە پێویستی یەکانی ژیان بێ بەش دەکەن، هەروەها لە بەرامبەر هاوکار و دۆستەکانیشیاندا هەر دەست نوقاو دەبن بۆیە ئەمانیش لێ

یان دەتەکنەوە و بەمەش تەنها دەمێننەوە، ئێمە نالێین دەست بڵاو بن، بەڵام پێمان وایە کە ئەوانەی لە ڕۆژانی لاوێتییاندا پارەیان پاشەکەوت کردووە بۆ ڕۆژانی ڕەشی پیریی یان کە نابێ لە خۆیاندا سەرفی کەن.

بەڵام ئەو ترسەی کە دکتۆر و پیاوی ئایینی و فەیلەسوفیش چارەسەرکردنیان لە لا زەحمەتە، ترسە لە پیریی خۆی، ئەگەر چی کە زۆر لە کارە بە سوودەکانی ئەم دنیایە کۆمەڵێ پیاو و ژن ئەنجامی دەدەن کە بە ساڵاچوون، ئێمە زۆر کەس لە دەوری خۆماندا دەبینین کە حەفتا و هەشتایان تێ پەڕاندووە بەڵام هەر بە لەش ساغی و خۆشی یەوە دەگوزەرێنن.

لە ڕاستیشدا ترس لە پیریی ترسێکی تێکەڵاو و بریتی یە لە ترسی پەککەوتنی جەستە یا شێوازی زەینی یا دەکرێ کە بە هێزی باوەڕ بە سەریاندا زاڵ ببین.

لە نووسینگەکەی ژەنڕاڵ (هاك ئارشەر) دا نووسێنێك هەڵواسرابوو کە دەیوت:

(لاوێتی قۆناغێك نیە لە تەمەن، بەڵکو دوخێکە لە دۆخەکانی ئەقڵ تۆ لاویت بە قەدەر باوەڕت و پیریت بە قەدەر گومانت، لاویت بەقەدەر بڕوا بە خۆ بوونت و پیریت بە قەدەر ترست، لاویت بە قەدەر خۆزگەکانت و پیریت بەقەدەر بێ ئومێدیت).

ئەمەش تا ڕادەیەکی زۆر ڕاستە.

یەکێك لە ترسە بە ئازارەکانی تری پیریی ترسی پیاوە لە پەك کەوتنی سێکسی، ئەم جۆرە ترسەش تەنها ئەو دکتۆر و دەروونناسانە ڕەچاوی مەترسیەکەی دەکەن کە چارەسەری ژمارەیەکی زۆری بە ساڵاچوان دەکەن، بۆ نموونە ڕەنگە مێرد وا هەست بکات کە پەیوەندی

ی بە ژنەکەیەوە خەریکە تووشی لێك ترازان دەبێ بە هۆی کەم توانایی سێکسی یەوە و ناشتوانی کە بەم پیاوە بڵێ ی کە لە لایەنە رۆحی یەکانەوە بری ئەم بێ توانایی یە بخەرەوە، چونکە هەموو کەسێ توانای ئەمەی نیە، گومانیشی تیا نیە کە ئەو چێژەی کە لە پەیوەندی ی سێکسی یەوە دەست دەکەوێ شتێکی دروستە و هەر دوو لایان پێ یان خۆشە و یامەتی ی پتەو کردنی رایەڵەکانی هاوسەری ئەدات، ئەگەر ژن و مێرد ئەوەیان دەست نەکەوێ کە پێویستە لە جووت بوونیان دەستیان کەوێ ئەوا پیاوە کە سەر قاڵی کاری خۆی دەبێ و ژنەکەش سەرقاڵی ئیشی ماڵ و هەر دووکیشیان ژیان و جل و بەرگ و خۆراکی خۆیان فەرامۆش دەکەن.

ئەم ترسەش هیچ بناغەیەکی نیە وەك هەندێ لەوانەی هاوسەرگیریی یان کردووە پێ یان وایە، چونکە چالاکی ی سێکسی دەکرێ کە هەتا پیرییش هەر بە هێزو بەردەوام بێ و کەمێك لاوازیی بە خۆیەوە ببینێ بە بەراورد لە گەڵ گوڕی لە کاتی لاویی دا.

پیریی رێکخراو:

ژیان لە رابوردوودا گرنگترین هۆکارەکانی زوو پیر بوونە، بۆیە ئاهەنگەکانی یادی لە دایك بوون لەم بوارەدا مەترسیدارە چونکە ئەو رۆژە بە سەر چوانە بە بیر دێنێتەوە کە پڕ بوون لە سەرکێشی.

دەبێ بە ساڵاچوو لە چەژنی لە دایك بوونیدا لیستێك بەوشتانە بنووسێ کە ماویەتی یا دەتوانێ بیکات، بەمەش رەسیدی خۆی لە ژیاندا بۆ دەدەکەوێ و لەم سۆنگەیەشەوە دەتوانێ کە بەرنامەیەك

دابڕێژێ بۆ خەرج کردنی و سوورێ لە سەر ئەوەی کە لە ئێستادا بژی و لە ئایندەش نائومێد نەبێ.

ڕەنگە کەسی بە ساڵاچوو لە یەکێك لە لایەنەکاندا سەرکەوتوو نەبێ و لە ناکامی ئەمەشدا بە جۆرێك نیگەران ببێ کە زیان بە تەندورستی ی بگەیەنێ، ئەگەر چی دەبێ بە پێ ی ئەزموونی رابوردووی یەکسەر بیر لە هەستانەوە بکاتەوە و شکستەکەی بکاتە هاندەرێك بۆ چوونە پێش بەرەو ئامانجی باڵاتر و مادەم بە سەر زیندووە نابێ کە بێ ئومێدی لە دڵیدا جێ ی ببێتەوە.

باشترین ڕێگەش بۆ بەرەنگاربوونەوەی بێزاری و نیگەرانی و ترس کە هۆکاری چەندین نەخۆشی ی پیریی یە، ئەوەیە کە مرۆڤ بزانێ چۆن ئەو کاتانە بەسەر بەرێ کەلە گەڵ خۆی و ویژدانیدا بە تەنها بە سەری دەبات.

ئەو کەسەی کە واز لە کارەکەی دێنێ دوای ئەوەی ئەوەندەی پارە پاشەکەوت کردبێ کە پێویستی یە جەستەیی یەکانی دابین بکات، بێ ئەوەی بیر لە خەرجی ی دەروونی خۆی کردبێتەوە کە لەو تەمەنەدا زۆر پێویستیەتی ئەوا هەڵەیەکی گەورە بەرامبەر خۆی دەکات، بە هەمان شێوە ئەو ژنەی کە سەرقاڵی مناڵ بە خێو کردن و ماڵداری یە و هیچ پاشەکەوتێکی ئەقڵی و دەروونی ی نیە.

ئەو بە ساڵاچووەی کە هاوتەمەنی خۆی لە دەوری خۆی کۆ دەکاتەوە، دەتوانێ کە کەمێك بەرەنگاری بێزاری و تەنهایی ببێتەوە، بەڵام ئەو کەسەی دەزانێت کە چۆن کتێب و بیرەکانی بکاتە هاوڕێ و هاودەمی خۆی، ئەوا هەست بە تەنهایی ناکات لە هەر جێ یەك و لە هەر تەمەنێکدا.

ڕەنگە هەست کردن بە تەنهایی وا لە بەساڵاچوو بکات، هەست بە پیریی بکات ئەمەش زیانی هەیە بۆ تەندروستی و دەروونی، من هەندێك بەساڵاچوو دەناسم کە ئاوێنەیان نیە، ئەمەش بیرۆکەیەکی چاکە، گومانیشی تیا نیە کە هەندێ پیر هەن تا زیاتر بەساڵابچن جوانتر و تەندروست تر دەردەکەون، تەنانەت لە ڕوویاندا دژی زەمەن دەوەستێ و خۆی نادا بە دەستیەوە، چونکە ئەوانە ژیانی خۆیان ڕێك دەخەن و بڕوایان بە خۆیان هەیە و تەنها لە ئێستایاندا دەژین و بیرکردنەوەیان لەو لایەنەی لەشیاندا چڕ دەکەنەوە کە پیر نابێ کە ئەویش هزر و هۆشیانە، ئەوان هەمیشە بیریان لە دۆخێکی بە ئاگادا دەهێڵنەوە کە لە شتێکی نوێ دەکۆڵێتەوە لەو شتانەی کە هەر ڕۆژێك تووشی دەبێ.

قەناعەتیش ڕەگەزێکی گرنگە لە کامەرانیی پیریدا، دەبێ کە چێژ لەو شتانە وەربگرێ کە هەیەتی و بڕوای وابێ کە شتە زۆرەکان ژیان ئاڵۆز دەکەن.

گیانی سوعبەتیش داوایەکی گرنگی پیریی بەختەوەرە، چونکە ئەمە پێکەنینی بێ مانا نیە بەڵکو ئەو پێکەنینەیە کە لە ناخەوە هەڵدەقوڵێ.دوایین ڕێنمایی شی ئەوەیە کە زۆر سرووشتی بیت لە هەڵس و کەوتتدا و هەوڵ نەدەی کە تەمەنی خۆت بە شتی پووچی دەستکرد بشاریتەوە، چونکە دەنگ و ڕەنگ و ڕەفتار و بیرت بە درۆت دەخەنەوە و وا هەست دەکەیت کە شتێکت دزیوە و دەتەوێ بیشاریتەوە.

چێژ لە هەڵاتنی خۆر و ئاوابوونی و ڕەنگی ئاسمان و دیمەنە سرووشتی یەکان و تام بۆی خواردن وەرگرە، ئەمانە هەمووی سامانێکن کە لە بەر دەمتان و خۆشی و کامەرانیت بۆ دەستەبەر دەکەن چەندە تەمەنیشت بەرەو سەر بچێ.

بەشی هەژدەیەم
ڕێزکرتن و لە بەر چاوبوونی چاکەی نەوانیتر

چاکە لە بەر چاوبوون دەگمەنە:

جارێکیان سەردانی هاوڕێ یەکمم کرد کە لە گەورە پیاوانی کارگوزاری یە لە میانەی قسەکانماندا، باسی کارمەند و کرێکارمان کرد، سەیرم کرد بەمە ڕەنگی گۆڕا، پەستی دایگرت و بە تووڕەییەوە ووتی:

(لە ژیانما کارمەندی وا چاوچنۆك و سپڵەم نەدیوە کە ئەمرۆ هەیە)، لێم پرسی (چۆن؟) ووتی (لە جەژنی سەری ساڵی ڕابوردوودا دە هەزار دولارم دایە کارمەندەکانی نووسینگەکەم کە ژمارەیان ٢٤ کەس بوو، واتە هەر یەکەیان سێ سەد دۆلاری بەرکەوت، کەچی هەتا ئێستا تەنانەت یەکێکیشیان هەوڵی نەداوە کە سوپاسگوزاری خۆیم بۆ دەربڕێ سەبارەت بەم بەم شتە، وا دە مانگ بە سەر ئەوەدا تێ پەڕیوە، بەڵام لێت ناشارمەوە هەر کە ئەوەم بە بیر دێتەوە، پەست و نیگەران دەبم و لە سۆز و بەخشەندەیی خۆم پەشیمان دەبمەوە لە بەرامبەر ئەوانەی کە سپڵەن و هیچیان لە بەر چاو نیە.

دواتر هاورێکەم زیاتر دوا و دەستی کرد.بە ژماردنی ئەو چاکانەی کە پێشکەشی کرێکارەکانی کردووە بە بۆنە و بە بێ بۆنەوە، لە گەڵ

بەشی هەژدەیەم
ڕێزکرتن و لە بەر چاوبوونی چاکەی ئەوانیتر
چاکە لە بەر چاوبوون دەگمەنە:

جارێکیان سەردانی هاوڕێ یەکمم کرد کە لە گەورە پیاوانی کارگوزاری یە لە میانەی قسەکانماندا، باسی کارمەند و کرێکارمان کرد، سەیرم کرد بەمە ڕەنگی گۆڕا، پەستی دایگرت و بە تووڕەییەوە ووتی:

(لە ژیانما کارمەندی وا چاوچنۆك و سپڵەم نەدیوە کە ئەمرۆ هەیە)، لێم پرسی (چۆن؟) ووتی (لە جەژنی سەری ساڵی ڕابوردوودا دە هەزار دولارم دایە کارمەندەکانی نووسینگەکەم کە ژمارەیان ٢٤ کەس بوو، واتە هەر یەکەیان سێ سەد دۆلاری بەرکەوت، کەچی هەتا ئێستا تەنانەت یەکێکیشیان هەوڵی نەداوە کە سوپاسگوزاری خۆیم بۆ دەربڕێ سەبارەت بەم بەم شتە، وا دە مانگ بە سەر ئەوەدا تێ پەڕیوە، بەڵام لێت ناشارمەوە هەر کە ئەوەم بە بیر دێتەوە، پەست و نیگەران دەبم و لە سۆز و بەخشەندەیی خۆم پەشیمان دەبمەوە لە بەرامبەر ئەوانەی کە سپڵەن و هیچیان لە بەر چاو نیە.

دواتر هاورێکەم زیاتر دوا و دەستی کرد.بە ژماردنی ئەو چاکانەی کە پێشکەشی کرێکارەکانی کردووە بە بۆنە و بە بێ بۆنەوە، لە گەڵ

هەر چاکەیەکی خۆیدا باسی لەدە خراپە دەکرد کە بە هۆیەوە بووە، وا هات بە بیرما کە ئەم گفتوگۆیە تەواو ناکات تا فەرمانی دەرکردنی هەموو کارمەند و کرێکارەکانی دەر نەکات.

منیش بێ هوودە هەوڵم ئەدا کە هێوری بکەمەوە و ناچار جێم هێشت و گریانم بە حاڵی دەهات.

ئەو لە تەمەنی شەستساڵیدا بوو و ئەگەر چی کە تاڕادەیەکی زۆر لە کارکانیدا سەرکەوتوو بوو، بەڵام نەیتوانیبوو کە سوود کە لە ئەزموونەکانی ژیان وەربگرێ و نەیزانیبوو کە چاکە لە بەر چاو بوون شتێکی دەگمەنە لە ناو خەڵکدا.

ڕەنگە چاکە لە بەر چاو نەبوونی کارمەند بۆ سەر کارەکەی ئاسانتر بێ لە هی کوڕان و کچان بۆ دایك و باوکیان، یا هی ژن و مێرد بۆ یەکتری.

ئەگەر هاورێکەم ئەمەم بزانیایە، ئەوا دە مانگی لە پەستی و پەشیمانی دا بە سەرنەدەبرد و ژیانی لە خۆی تاڵ نەدەکرد، دەبوایە کە لە خۆی بپرسیایە کە بۆچی ئەو کارمەندانە چاکەی ئەویان لە بەرچاو نەبووە. ڕەنگە ئەوان پێ یان وا بێ کە کرێ یەکی باشیان ناداتێ یا زیاد لە کاتی بڕیاردا و لە کاردا دەیان ڕەتێنێ، لە بەر ئەم هۆیە یا ئەوی تر ڕەنگە پێ یان وا بوو بێ کە ئەو بەخششەی ئەو شایەنی سوپاس نیە.

یا لایان وابووبێ کە ئەوە مافی ڕەوای خۆیان بووە یا وایان لێکدابێتەوە کە ئەو ئەو پارەیەی تەنها لە بەر ئەوە داونەتێ تا نەجێ بۆ دەزگای باج.

هەر چۆنێك بێ دەبوایە كە بیزانیایە كە (چاكە لە بەر چاو بوون) دەرئەنجامی پەروەردە و پێكهاتنە و ئەمەش بە ڕێكەوت لە ناو خەڵكدا هەیە.

سوپاسگوزاری ی پارمەتی دەگمەنە:

وای دانێ كە تۆ ژیانی كەسێكت رزگار كردووە، چاوەڕوانی ئەوەی لێ ناكەیت كە لە ئەنجامی ئەمەدا سوپاست بكات، اەوانەیە، بەڵام (سەموێل لیبۆفیتنر) پارێزەری ناسراو پێ ی ووتم كە ئەو لە و ماوەیەدا كە كاری پارێزەری ی كردووە ژیانی زیاتر لە هەشت كەسی لە ئیعدام رزگار كردووە، بەڵام تەنها یەكێكیان بیری لەوە نەكردۆتەوە كە سوپاسی بكات یا كارتێكی جەژنانەی بۆ بنێرێت.

لە ئینجیلیش دا هاتووە كە حەزرەتی مەسیح دە كەسی چاك كردووتەوە كە تووشی بەڵەكی بوون لە یەك رۆژدا، بەڵام تەنها یەكێكیان سوپاس كردووە!

ئەم سروشتە مرۆڤانەیە، چاكەی لە بەر چاو نابێ، بۆیە زۆر بە هەڵە دا دەچیت كە چاوەرێ ی سوپای بكەیت لەوانەی كە چاكەیەكیان لە گەڵ دەكەیت.

تەنانەت زۆر جار لە كاروبارە داراییە كاندا چاكە لە بەر چاو بوون شتێكی ئەستەمە لە لایەن ئەوانەوە كە هاوكاری دەكرێن.

یەكێك لە دەرهێنەرە ناسراوەكان پێ ی ووتم جارێكیان سەڕافی بانقێك چووەتە زەمەوە لە بۆرسەدا لە ئاكامی ئەمەشدا بڕێكی زۆری لە پارەی بانقەكەی دۆڕاندووە، ئەمیش دڵی پێ ی سووتاوە چونكە خێزانێكی گەورە بە خێو دەكات و ئەو بڕە پارەیەی داوەتەوە كە

دۆڕاندویەتی چونکە ئەگەر وانە بوایە ئەوا کارەکەی لە دەست دەچوو و زیندانی یش دەکرا، ئایا ئەو سەرافە ئەم چاکەیەی لە بەر چاو بووە؟ بەڵێ بەڵام تەنها بۆ ماوەی چەند مانگێك و دوای ئەوە دەستی کردووە بە دژایەتی کردنی ئەو کەسەی کە رزگاری کردووە بە بێ هیچ هۆیەك و قسەی بۆ هەڵبەستووە !

ئەگەر تۆش بە پارە یارمەتی ی یەکێك لە خزمەکانت دا، ئایا چاوەڕێ ی ئەوەی لێ ناکەیت کە سوپاست بکات؟ کە چی (ئەندرۆ کارینگی) وا نەبووە، ئەم یەك ملیۆن دولاری داوە بە یەکێك لە خزمەکانی کە چی دوای چەند سەعاتێك داویەتیە بەر نەفرەت، دەزانی بۆ؟ چونکە (کارینگی) تەنها یەك ملیۆن دۆلاری بۆ ئەم بە جێ هێشتووە و باقی سامانەکەی داناوە بۆ کار و پرۆژەی خێرخوازی. بەڵێ ئەمە سروشتی مرۆڤایەتی یە و وادیارە کە ناش گۆڕێ، کە واتە بۆ وەکو خۆی وەرینە گرین و بۆ چی وەکو (مارکۆس ئۆرلیۆس) حاکمی رۆمانی واقیعی نەبین کە لە یاداشتەکانی رۆژانەی خۆیدا نووسیویەتی: (ئەمرۆ چاوم بە خەڵکێکی زۆر کەوت کە نموونەی بەرجەستەی خۆپەرستی و سپڵەیی بوون، بەڵام من بە دیتنیان سەرسام نەبووم و پەست نەبووم، چونکە من ناتوانم کە دنیا بە بێ ئەم جۆرە کەسانە ببینم).

ئەگەر من و تۆ و دراوسێ و هاوڕێ کانمان سکاڵامان بێ لە دەست سپڵەیی، کە واتە کێ بەرپرسیارە؟ سروشتی مرۆڤایەتی یا نەزانی ئێمە بەو سرووشتە؟

واش دەردەکەوێ کە خۆ راهێنان لە بەرامبەر سپڵەیی دا سیاسەتێکی نموونەیی یە کە بە دی هێنانی زەحمەتە، بەڵام وانیە

چونکه ئەمە شێوازێکی کرداری یە بۆ گەیشتن بەو کامەرانی یەی کە دەمانەوێ.

من دایك و باوکم هەژار بوون و بە کاتی وا دا تێپەڕیون کە تا بین قاقایان لە قەرزدا بووە، بەڵام لە گەڵ ئەمەشدا ئەو یارمەتی یەیان نەوەستاندووە کە هەموو ساڵێ ناردوویانە بۆ یەکێك لە پەناگەکانی هەژاران، سەیریش لەوەدایە کە ئەوان قەت سەردانی ئەو پەناگەیەیان نەکردووە، بەڵام دەمدین کە دوای ناردنی ئەو یارمەتی یە دڵخۆش دەبوون وەك ئەوەی لە قەرزێك رزگاریان بوو بێ و هیچ رۆژێکیش تێ بینی ئەوەم لێ نەکردوون کە ئەوان چاوەڕێ ی سوپاس بن لە بەرامبەر ئەو یارمەتییەدا.

منیش پاش ئەوەی کە بوومە کارمەند بڕیارم دا کە لە سەرەتای هەموو ساڵێکی نوێ دا بڕێك پارەیان بۆ بنێرم تا هەندێ شمەکی پێ بکڕن، بەڵام دوایی بۆم دەرکەوت کە خواردن و جل و بەرگیان پێ کڕیوە و ناردوویان بۆ دراوسێ یەکی هەژار و رەشە خێزانی بێ دەرامەت.

بەشی نۆزدەیەم
ڕۆڵی ژن لەسەر کەوتنی پیاودا

پێویستە کەلەمێرد تێ بگەین:

خاتو کارینگی خێزانی دانەری ئەم کتێبە دەگێڕێتەوەو دەڵێت:

ڕۆژێکمان هاوڕێیەکمان سەردانی کردین کەلەپیاوانی کاربوو بەڵام نیشانەکانی پەستی و بێ زاری و ماندوێتی لەڕوخساری یەوە دیاربوو کاتێ لیمان پرسی چی ڕووی داوە، ووتی: ماوەی شەش هەفتەیە کەلەنوسینگەکەمدا بمێنمەوە تاکاتێکی درەنگی شەو بۆئامادەکردانی پێویستی یەکانی کردنەوەی لقێکی نوێ بۆدەزگاکەمان و زۆر هەوڵیشم داوە کەهاوسەرەکەم بەم دۆخە قایل بکەم و بەڵێنی پێ بدەم کەدوای کۆتایی هاتنی ئەم کارە لەکاتی خۆی دا بگەڕێمەوە بۆماڵەوە، بەڵام ئەو قایل نابێ و وام لێ دەکات منیش بەڕوویدا هەڵشاخێم و ئەویش بەڕوومدا بتەقێتەوە و وام لا هاتووە کەناتوانم بەووردی بیر لەکارەکەم بکەمەوە.

سکاڵای ئەم هاوڕێیەمان سکاڵای چەندین کەسی لەو جۆرەیە کە هەوڵ ئەدەن و تێدەکۆشن تابگەنە پلە باڵاکانی سەرکەوتن من نکۆڵی لەوەش ناکەم کەئێمەی ژنان هەست بەبەدگومانی و بێزاری دەکەین کاتێ کەئیش و کاری مێردەکانمان زۆر دەبێ و وایان لێ دەکات

لەهاوسەرو منداڵەکانیان دور بکەونەوە و کاتی پێویستیان لەگەڵ بەسەرنەبەن، بەڵام ژنی دانا ئەوەیە کەبەبێ دەنگی یەوە بەرگەی ئەم ئازارە بگرێ و خۆی لەو بەدگومانیانە بەدوور بگرێ تابتوانێ کەیەکەمینی پەیامی خۆی بەجێ بێنێ کەئەویش هاوکاری کردنی مێردەکەی و پشتیوانی کردنیەتی بەوەی کەکەشی کارکردن و هۆکارەکانی تەندروستی و خۆشی بۆبڕەخسێنێ و تا ڕێگەی دڕکاوی ژیانی سەرکەوتووانە بڕێ و ئەمیش پەیامی خۆی لەبەرامبەر خۆی و خێزانەکەی و نیشتمانەکەی بەتەواوی بەجێ بێنێ.

ئێمە زۆر جارناتونین کەبەشداری خۆشیی دەست کەوتی مێردەکانمان بکەین، بەمەش ئەوانە فرامۆشی دەنوێنن لەبەرامبەرماندا بۆیە پێویستە لەسەرمان ـ ئەگەر بمانەوێت ڕێی پێشکەوتن لەمێردەکانمان نەگرین ـ خۆمان سەرقاڵی ئیش و ئارەزوو بکەین تا تاهەستی تەنهایی خۆمان بڕەوێنینەوە و خۆمان نەدەینە دەست گومان و دڵ پیسی، بۆنمونە دەتوانین بەشداری لەکۆمەڵەیەکی خێرخوازی یاکارێکی بەسوود دا بکەین، یاسەردانی کتێبخانەو پێشانگا هونەری یەکان و مۆزە خانە بکەین، یابچینە خوێندنگای ئێوارانەوە تازانیاری خۆمان زیاد بکەین و پەرە بە بەهرەکانمان بدەین و ئارەزووەکانمان بەشێوەیەکی دروست ئاڕاستە بکەین.

هەروەها دەبێت هەمیشە ئەوەمان لەیاد بێ کەسەر کەوتنی مێردەکانمان تەنها بۆخۆیان بەسوود نییە بەڵکو بۆئێمەش و بۆمناڵەکانیشمان.

دەشتوانین کەماوەی دورکەوتنەوەیان لێمان کورت بکەینەوە ئەگەر لەگەڵیان وەستاین و پشگیریمان کردن وبڕوای خۆمانمان بۆدەر خستن سەبارەت بەتواناییان.

من باوەڕم وایە هەر کچێك دەبێ کارێکی وابۆخۆی ئامادەبکات کەبتوانێ بەهۆیەوە شتێکی دەست بکەوێ، ئەگەر بارو دۆخ لەئایندەی ژیانیدا ناچاری ئەمەی کرد، هەروەها پێم وایە کە ژن باشترە کەواز لەکارەکەی خۆی بهێنێ لەپێناوی بەجێ گەیاندنی یەکەم پەیامی خۆی کە ئەویش بریتی یە لەئامادەکردنی کەشی لەبار بۆسەر کەوتنی مێردەکەی لەکارەکەیدا..

جۆری کارەکەشی هەرچی یەك بێت ئەواژنەکەی بەهۆی زمانی شیرینی و لێزانی خۆیەوە دەتوانێت کەدەرفەتی پێشکەوتن و سەرکەوتنی بۆبڕەخسێنێ بۆ بەشداری کردنی لەچالاکی یە کۆمەڵایەتی و ڕۆشنبیری یەکانیدا چاك هەڵس و کەوت کردن لەگەڵ ناوەندەکانیداو ڕاگرتنی دڵی خەڵك، خۆڕاهێنان لەسەر ئەمەش شتێکی زەحمەت نیە.

باش هەڵس و کەوتکردنی ژن:

ڕەنگە مێرد لەکارەکەیدا کەسێکی گومناو بێ، بەڵام دوای چەند ساڵێك ببێتە کەسێکی گەورەو ناودار لەبواری زانست و دارایی دا، ئەم جۆرەکەسانە ژیانیان لەلوتکەوە دەستی پێ نەکردووە بەڵکو پلەپلە پێ ی گەیشتوون لەڕێ ی هەوڵی نەپساوەیانەیانەوە.

بۆیە دەبێ ژنی ئەو لاوە گومناوە هەوڵ بدات کەشایەنی ئەوە بێت کەئەم پێی دەگات، ئەگەر مێردەکەی دوای دەیا بیست ساڵ گەیشت

سەرکەوتن و ناوبانگ و دەبێ خۆی لەسەر بنەماکانی هەڵس و کەوت لەگەڵ خەڵکدا ڕابێنێ بەوەی کەڕێز لەهەر کەسێك بگرێ کەدەیبینێ و بەخۆشی یەوە تێکەڵاوییان بکاو خزمەتیان بکات، ئەگەر بارو دۆخیش وای کردبوو کەڕۆشنبیرییەکی بەرزی نەبێ ئەوا دەتوانێت لەڕێی خوێندنەوە و تێکەڵاوبوون بەخانمانی ڕۆشنبیرەوە ئەو کەلێنە پڕبکاتەوە.

لەوانەیە کەمێردەکەی تەبیعەتێکی ووشك و ڕەقی هەبێ ونەزانێ کەچۆن ڕەفتار لەگەڵ خەڵکی بکات، بەڵام دەکرێ کەلەڕێی نەرم و نیانی ژنەکەیەوە لەبواری گفتوگۆو هەڵس و کەوتدا بەسەر ئەمەدا زاڵ ببێ.

یان بەپێچەوانەوە ڕەنگە مێردەکە زۆر نەرم و دبلۆماسی بێ لەڕەفتاریدا کەچی ڕقی لە ژنەکەیەتی لەم بوارەدا وای لێدەکات کەئەم وێنە جوانەی بشێوێنێ لەبەر چاوی خەڵکدا.

زۆرجار ژنان پەنا ئەبەنە بەر لاساری و ئاژاوەنانەوە وەرگرتنی بۆشی پیاوان بۆزاڵ بوون بەسەریانداو جێ بەجێ کردنی داواکاری یە کانیان، ئەگەر ئەم جۆرە کارانە لەنەوەکانی ڕابردوودا هەندێ جار سەرکەوتوو بووبێ، ئەوا لەبارودۆخی ئەمڕۆدا ئەنجامەکانی زۆر خراپ دەکەونەوە.

هاوڕێیەکم بۆی گێڕامەوە ووتی: خەریکبوو لەکارەکەمدا شکست بێنم تەنها لەبەر ئەوەی ژنەکەم حەزی پێ نەکرد، کارەکەم بریتی بوو لەدابەش کردنی ئەو شمەکانەی کەدەزگایەك بەرهەمی دەهێنا، ئەویش ئێواران بەگاڵتەجاڕی یەوە پێشوازی لێ دەکردم و دەووتم:

(ها بلیمەت ئەمڕۆ چیت کرد، ئەی نازانی هەفتەی داهاتوو دەبێ کرێ خانوو بدەین؟)

چەند ساڵێك لەمەدا بەردەوام بوو منیش بێ هوودە هەوڵم ئەدا
کەواز لەم شێوازە بهێنێ، تاناچار بووم لێ ی جیاببمەوە و ژنێکی
تربهێنم کەئەوەندە خۆشەویستی وپشگیری خۆی پێ بەخشیوم
کردومیەتە بەڕێوە بەری بەشی دابەش کردن لەیەکێك لەدەزگا
گەورەکاندا لەڕاستیدا لاساری نەخۆشی یەکی سۆزداری ڕوخێنەرە،
بوڵام دەکرێ چارەسەر بکرێ، بەوەی کەژنەکە خۆی لەسەر ئەوە ڕابێنێ
کەداوای شتێك لەمێردەکەی دووبارە نەکاتەوە. ئەگەر ناچاریش بوو
ئەوا داوای دووەم جاری زۆر بەنەرم ونیانییەوە بێ چونکە سوربوون
لەسەری هەمیشە ئەنجامی پێچەوانەی دەبێ.

لەهەمان کاتدا دەبێت ژن هەردەم ڕوخۆش و دەم بەپێکەنین بێ
لەبەردەم مێردەکەیداو قسەکانی خۆشبن باشتر وایە کەئەو شتانە لای
خۆی تۆمار بکات کەمێردەکەی پێی پەست دەبێت خراپیش نی یە
کەمێشکی خۆی و ئەویش هێور بکاتەوە بەوەی کەپێکەوە بەو شتانەدا
بچنەوە کەتۆماری کردوون.

لە ئاهنگێکی گشتیدا وا ڕێکەوت کە لای پسپۆڕێکی بواری کۆمەڵایەتی
یەوە دانیشتم و لێم پرسی: چۆن ژن دەتوانێ کە یارمەتی ی مێردەکەی
بدات بۆ ئەوەی لە کارەکەیدا سەرکەوێت؟

ئەویش ووتی: زۆر لە ژنان دەبنە ڕێگر لە بەر دەم سەرکەوتنی
مێردەکانیاندا بەوەی کە بەردەوام دەست دەخەنە ناو کارەکانیانەوە و لە
دژی ی هاوکارەکانیان هانیان ئەدەن، یا هەمیشە بۆڵەیان دێ بەوەی کە
کرێکەیان کەمە و کاتی کارەکەیان زۆرە.

بە بڕوای من گرنگترین هۆکاری سەرکەوتن لە زۆربەی بوارەکانی کاردا
بریتی یە لە بەردەوام بوون لە گەڕان بە دوای زانستدا، بۆیە لەمەدا ژن

دەبێ کە هانی مێردەکەی بدات و کەشی لە ...

نەگرێ بۆ چوون بۆ کارێك یا گەشتێکی ...

خانمی یەکەم هاوسەری سەرۆك ئایزنهاوەر لە ئەمریکادا ووتوویەتی: من پێم وایە کە کاری یەکەمی ژن ئەوەیە کە ڕەچاوی ئەو شتانە بچوکانە بکات کە خۆشی دەخاتە دڵی مێردەکەی و کەسانی ترەوە، هەر وەها دەبێ هەمیشە ئەوەی لە یاد بێ کە بەشداری کردن لە هەر شتێکدا ئەگەر پارویەك نان بێ یان بیرۆکەیەکی سادە گرنگترین شتە لە پێکەوە بەستنی خەڵك بەیەکەوە، بۆیە ئەم هەوڵ ئەدات کە بەشداری ی مێردەکەی بکات لە ئارەزو و حەزەکانیدا، ئەگەر ئەمە پێویستی بە کەمێك لە خۆبوردنیش هەبێ.

کەواتە دەبێ ژن هەمیشە هەوڵ بدات کە کەشێکی وا بۆ مێردەکەی بخولقێنێ لە ناو ماڵدا کە یارمەتی نوێ کردنەوەی چالاکیی بدات و وای لێ بکات کە هەموو بەیانی یەك بە خۆشی و هیواوە لە کارەکەیدا بەردەوام بێ ئەمەش گرنگترین لایەنە کە دەبێ ژن ڕەچاوی بکات.

پیاو هەر چەندە حەزی لە کارەکەی بێ، ئەوا تووشی ماندوێتی و شەکەتی دەبێ تیایدا، کاری ماڵیش ئەوەیە کە ئەم کرژی یە بڕەوێنێتەوە گومانیشی تیا نیە کە ژن حەز دەکات ماڵەکەی خاوێن و ڕێك و پێك بێ بەڵام مێردی ماندوو ڕەنگە بەمە پەست بێ، بۆیە دەبێ کە ڕێ ی پێ بدرێ کە ئازادی خۆی وەرگرێ بەوەی کە جگەرەکەی لە کوێدا فڕێ ئەدا یا فڕێ بدا یا لە کوێدا نان دەخوات یا بیخوات، چونکە ماڵ تەنها جێگەیەکە کە بتوانێ تیایدا بحەوێتەوە و ئازادی خۆی وەرگرێ. دەبێ ژن ڕەچاوی ئەوە بکات کە ژەمەکانی خواردن لە کاتی خۆیدا پێشکەشی بکات، بزانێ کە حەز

لە چی دەکات و حەز لە چی ناکات و ئەوەندەی کە دەتوانێ ئەوانەی بۆ دابین بکات کە حەزی لێ یەتی.

زۆربەی پیاوان زیاد لە پێویست دەخۆن – بەتایبەتی ئەوانەی کە تەمەن ناوەراستن – بۆیە دەبێ ژن ریجیمێکی خۆراکیی وا دانێ کە نەبێتە هۆی زیاد بوونی کێشی و دوور لە پەلە پەل و گرژیدا نان بخوات.

دەبێ ژن وا لە مێردەکەی بکات کە ساڵی جارێك خۆی پیشانی دکتۆرێکی ناوەکی بدات هەر وەها دکتۆری دانیش، چونکە زۆر لە نەخۆشی یەکانی ئاسان چارەسەر دەکرێن و خۆیان لێ دەپارێزرێ، ئەگەر زوو پێ ی بزانرێ.

دەبێ ژن رەچاوی ئەوە بکات کە مێردەکەی ماوەی حەوانەوەی باشی هەبێ وڕۆژانی پشوی لە کەشێکی هێمن و خۆشدا بە سەر بەرێ. ئەگەر ژن رەچاوی هەموو ئەم رێنمایی یانە بکات ئەوا دەتوانێت کە یارمەتی ی مێردەکەی بدات و بەرە و سەرکەوتنی بەرێ و ماڵەکەی پڕ کات لە خۆشی و شادی.

بەشی بیستەم

چۆن هاوڕێ دەگریت؟

بنەماکانی بە دەست هێنانی خۆشەویستی:

بارانێ بە خوڕ دەباری کاتێ کە خانمێکی بە تەمەن خوی کرد بە هۆڵی پێشەوەی یەکێك لەو نووسینگانەی کە تایبەت بوو بە نەخشاندنی ماڵ و دروست کردنی کەل و پەلەکانی، هەموو کارمەندەکان گوێ یان پێ نەدا، تەنها کارمەندێکی لاو نەبێ کە لێ ی نزیك بوویەوە و بە ئەدەبەوە لێ ی پرسی کە دەتوانێت چی بۆ بکات، ئەویش پێ ی ووت:

خۆشی دەکاتەوە، بەلام لاوەکە پێ ی باش بوو کە تەنها جێ ی نەهێڵێ، بۆیە لە لای مایەوە و دەستی کرد بە قسە کردن لە گەڵی، تا بارانەکە خۆشی کردەوە، پاشان بە رێ ی کرد تا سواری تەکسیەك بوو و خواحافزی ی لێ کرد.

هەفتەیەك بە سەر ئەمەدا تێ پەڕی، کاتێ بەڕێوەبەری نووسینگەکە بانگی کرد و پێ ی ووت کە خاتوو کارینگی ی دەوڵەمەند و بەناوبانگ پەیوەندی ی پێوە کردوە و داوای کردوە کە تۆ بچی بۆ لای تا سەرپەرشتی نەخشاندنی یەکێك لە کۆشکەکانی بکەیت لە سکۆتلەندا، ئەمیش بە لایەوە سەیر بوو چۆن ئەو خانمە ملیۆنێرە ئەمی بۆ ئەم کارە هەڵبژاردووە بێ ئەوەی بیناسێ، بەلام ئەم سەرسامی یەی رەوییەوە کاتێ کە چاوی بە خاتوو کارینگی کەوت کە هەمان ئەو -

خانمە بە تەمەنە بوو کە لە کاتی بارانەکەدا ناسیبووی. لە ئەنجامی ئەم کارەدا کارمەندە لاوەکە پارەیەکی باشی دەست کەوت و نووسینگەکەشی بەمە ناوبانگی پەیدا کرد.

لە راستیدا هەموو مرۆڤێك دەتوانێ کە دڵی خەڵك بە لای خۆیدا رابکێشێ و خۆی خۆشەویست بکا لایان ئەگەر رەچاوی ئەم بنەمایانە بکات:

١- دەبێ روخۆش و سادە لە سەر خۆ بیت لە کاتی بینینی خەڵکدا چونکە گرژ و مۆنەکان زۆر بە دەگمەن هاورێ یان دەبێ هەروەها فیز زلەکانیش.

٢- جێ ی داخە کە زۆربەی خەڵك زۆر قسە دەکەن و پێ یان وایە کە بەمە خەڵك قەناعەت پێ دەکەن و خۆیان بە کەسێکی رۆح سووك دادەنێن، لە راستیدا زۆر بڵێیی لە بەر چاوی خەڵکیان دەخات بەتایبەتی ئەوانەی کە هەوڵ دەدەن زانین و زانیاری ی خۆیان دەرخەن بەمەش ووشەی نامۆ و شێوازی ئاڵۆز بە کار دێنن و بەمەش خەڵك بێزار دەکەن.

٣- باشتر وایە کە مرۆڤ زۆر خۆپەسەند نەبێ و زۆر رەخنە نەگرێ و ئەوەندە قسە لەڕوو نەبێ تارادەی برینندار کردن، زۆر باسی چاکە و خراپەی خۆی نەکات چونکە خەڵك بەمە بێزار دەبن و حەز بە چارەی نەکەن، بەڵام تا مرۆڤ زیاتر بڕوای بە خۆی بێ و راکانی پێگەیشتوو بن و ئاگادارییەکی فراوانی هەبێ ئەوا کاریگەری یەکی باشی لە لای خەڵکی بە جێ دێڵێ.

سوودەکانی بە دەست هێنانی هاوڕێ:

ئەو مرۆڤەی کە هاوڕێیەتی چەندین کەس بە دەست دێنێ تەنها یەک ژیان ناژی بەڵکو هەزار و یەک ژیان دەژی.

هاوینێک لە گەل کۆمەڵێ لە هاوڕێکانمدا بە گەشتێک چووین بۆ سویسرا کاتێ لە (برن) بووین، ڕێکەوتین کە بەیانی بچین شارێکی تری نزیک کە بە دیمەنە سروشتی یە قەشەنگەکانی بەناوبانگە تا ڕۆژێکی خۆشی تێدا بە سەر بەرین بە گەڕان و وەرزشەوە.

بەڵام هەموومان لەیەک ئوتێل دانەبەزیبووین، بۆیە کاتێ من لە ئوتێلەکەی خۆم لە مەوعیدی ئەو سەیارەیە دواکەوتم کە بۆ ئەوە دانابوو، هاوڕێکانم تێبێنیی نەهاتنی منیان نەکردبوو، بۆیە سەیارەکە ئەوانیبرد و منیان بە جێ هێشت، سەرەتا زۆرم پێ ناخۆش بوو، بەڵام بڕیارم دا کە نەهێڵم تەنها یی خۆشی ئەمرۆم لێ تێک بدات و ئەوەندەی بتوانم بە باشترین شێوە بە سەری بەرم، بۆیە چووم جێ یەکی نزیک کە بە دروست کردنی سەعاتی جوانی دیوار بە ناوبانگە ماوەیەکی زۆر گەڕام بەناویا هەتا هەستم بە برسێتی کرد و لە یەکێ لە ڕێبوارەکانم پرسی لە کوێ دەتوانم خواردنم دەست کەوێ، کاتێ هەستی کرد کە من بیانیم پێ ی ووتم:

(من ئێستا دەچمەوە بۆ ماڵەوە بۆ نان خواردن لە گەڵ خێزانەکەمدا و پێمان خۆشە کە ڕێگە بدەیت کە پێشوازی لە تۆش بکەین).

زۆر دانەمام تا ئەم دەعوەتە چاوەڕوان نەکراوە قبوڵ بکەم، پیاوەکە بە ژنەکەی و هەردوو کوڕەکەی ناساندم، ئەوەندە بەخشەندەیی و

کراوەیی یان لەگەڵ نواندم وا هەستم دەکرد کە لە ماڵی خۆماندام، دوای نان خواردن پیاوەکە بردمیە کارگەکەیەوە تا پیشانم بدات کە چۆن پارچەی سەعاتە بچوکەکان دروست دەکرێ و دەرفەتی قسەکردنی لە گەڵ کرێکارەکاندا بۆ رەخساندم، کاتێک ویستمان لێک جیا بینەوە بوو بووینە دوو هاوڕێ ی گیانی بە گیانی و بڕیارماندا کە لە پەیوەندی ی بەردەوامدا بین، بەم شێوەیە ئێوارە گەڕامەوە بۆ ئوتێلەکەم هەست کردن بە خۆشی بۆ بە دەست هێنانی ئەو هاوڕێ نوێ بەخشندەیە جێ ی داخی دواکەوتن لە هاوڕێکا نمی گرتەوە.

ئەمە وای لێ کردم لەوە رابمێنم کە گۆشە گیریی چۆن ژیانی زۆرێک لە خەڵك ئیفلیج دەکات، ئەمانە ئەگەر هاوڕێ لە چین و پیشە جۆراوجۆرەکان بە دەست بێنن و رێچکە جیاوازەکانی ژیان بگرنە بەر ئەوا جوانی و فراوانی ژیانیان بۆ دەکەوێ و چێژی لێ وەردەگرن.

ئەو کەسەی کە چەندین هاوڕێ ی هەیە کە بیرکردنەوە و ئاراستە و بەهرەی جۆرا و جۆریان هەیە، تەنها یەك ژیان ناژی، بەڵکو هەزار و یەك، زۆربەی فەیلەسوفەکانیش لە سەردەمی ئەرەستۆوە لە سەر ئەوە کۆکن کە زۆری هاوڕێ تەنانەت پێش تەندروستیش دێ ئەگەر چی دەتوانین کە ئەم نیعمەتە گەورەیە بە دەست بێنن، بەڵام کەم کەس هەیە کە هەوڵی ئەمە بدات و بە جۆشەوە بازنەی ناسینی خۆی فراوان بکات وەك (سەموێل جۆنسۆن) کە دەڵێ: (ئەو رۆژەی کە هاوڕێیەکی نوێ ی تیا بە دەست ناهێنم ئەوە رۆژێکی وون بووە لە تەمەنم.) دکتۆر سەمۆیل جۆنسۆن وەك هەموو ئەوانەی کە لە زۆربەی بوا رەکانی ژیاندا سەرکەوتوو بوون و بۆ ماوەیەکی درێژیش، لە هەموو چین و توێژ و کار و پیشەیەك هاوڕێیان هەبووە. هاوڕێ گرتنیش شتێکی زەحمەت

نیـه، بـۆ نموونـه سیاسـەتمەداری ئـەمریکی (دانیـال وێبـستەر) کـه ئەچۆوە هەر کۆگایەکەوە بە نەرمی یەوە دەستی دەکرد بە گفتوگۆ لە گـەڵ کارمەندەکانیـدا ئـەوانیش بـە خۆشـی یـەوە باسـی خۆیانیـان بـۆ دەکرد، چونکە زۆربـەی خـەڵك حـەزیان بەوەیە کە لە بواری کارەکەی خۆیاندا قسه بکەن.

رێز گرتن پەیوەندی یەکی ئاڵوگۆڕ کراوە:

ئـەوەی کـە دڵـی خـەڵکت زۆر بـە لادا ڕادەکێـشێ ئەوەیـە کـە زۆر بـە گەرمی و دڵسۆزی یەوە ستایشیان بکەیت، ئەگەر کارێکیان بۆ ئەنجام دایت، چونکە ئەم رێز گرتنە بەربەستەکانی نێوانتـان ناهێڵێ و وایان لێ دەکات کە بە بەردەوامی و دڵسۆزی یەوە خزمەتت بکەن، سوربوونم لـە سـەر پـەیڕەوی کردنـی ئەمـە چـەندین هـاورێی بـۆ دروسـت کـردوم لەوانە بۆیاخچییەکی ژێر لە لەندەن کە بە هـۆی ئەوەوە بە شێوەیەکی دروست سەیری هەندێ لە لایەنەکانی ژیانم کردووە.

لە کـاتی چاوپێکەوتنە سـەر پێیـی یەکانیـشدا باشترین رێگـە بۆ بە دەست هێنانی دڵی خەڵك ئەوەیە کە لە بابەتێکدا قسەی لە گەڵ بکـەیت کە هەر دووکتان لە زانینی دا هاوبەشن وەك ئـەوەی کـە هـەمان رۆژنامـه بخوێننـەوە یـا هـەمان مـودیلی سـەیارەتان هـەبێ چـونکە قسەکردن لـە سەر ئەم بابەتە هاوبەشانە رێخۆشکەر دەبێ بۆ هاوڕێیەتیی نێوانتان.

ئەمـە شـێوازی سـێر (سـیدنی سمیـت)ی دوژمـنی سەرسـەختی ناپلیۆن و میری دەریا بووە، بۆ نموونـه ئەگـەر چوبێتە ئاهەنگێکەوە و کەسێکی دیبێ کە سەما ناکات، ئەوا پێ ی ووتووە:

(ماوەیەکـە بـە دوای یەکێکـدا دەگـەڕێم وا دۆزیومەتـەوە، دەسـتت بخەرە ناو دەستمەوە با تا مردن هاوڕێ بین.)

بێ گومان هاوڕێیەتی تەنها بریتی نیە لە چاوپێکەوتن و پەیوەندی کردنـی بـەردەوام بـەڵکو وەڵامدانەوەیـەکی سـۆزداری و لێـك گەیشتن و بڕوا بـە یـەکتری بوونـە و گەڕیـدەی بە ناوبانگ (دایڤید لیفنگستۆن) بەشێکی زۆری ژیانی شوێنە دوور دەستەکانی ئەفریقادا بە سەر برد، بەڵام ژمارەیەکی زۆر هاوڕێی هەبوو، لەم بارەیەوە کچە بچوکەکەی لە یادداشتەکانیدا دەڵێ: هەموو ساڵێ باوکم بە سەدان نامەی بۆ هاوڕێ کانی دەنارد لە سەرتاسەری جیهانـدا، کە زۆر بەشیانی بە سەر پێی ناسیبوو.

ولیەم ئۆسلەر یش دەڵێ:

(مرۆڤ کاتێ پیر دەبێ کە چیتر نەتوانێ هاوڕێ ی نوێ بگرێ، چونکە بەردەوامی تێکەڵاو بوون بە خەڵك نیشانەی ئامادەیی یە بۆ پەرەسەندن و وەرگرتنی بیری نوێ و چالاکی و حەز بە ژیان کردنە).

ئەمـەش راسـتە چـونکە تـۆ ئەگـەر تـەنها پەیوەنـدیت بـە هـاوڕێ کۆنـەکانت و هاوکارانتـەوە هـەبێ کـە بـیر و بۆچـوونیان دەزانـێ ئـەوا پەرەسەندنی هزریت دەوەستێ و لەولایەنایەی نوێکاری دادەبڕێ ی کە بێزاری دەڕەوێننەوە.

دەبـێ کـە شـەرم نەبێتـە رێگـر لـە بەردەممانـدا بـۆ تێکـەڵاوبوون بـە خەڵکی بێگانـە یـا بـە ناوبانگ، بیرمـە مـن جارێك پێشنیازی ئەوەم بۆ مۆسـیقاژەنێکی لاو کـرد کـە خـۆی پێـشکەشی پیـانۆژەنی نـاودار (ڤلادیمـیر دی باشمـان) بکـات لـەو ئاهەنگـە گشتی یـەی دا کـە سازی دەکا. بەڵام لاوەکە داوای لێبوردنی کرد و گوێم پێ نادات و بە ساردی

كە ئاهنگەكە كۆتایی هات
یـەوە قسەم لـە گـەڵ دەكات، بـەلام كـاتێ كـە ئاهنگەكـە كۆتـایی هـات
پیانۆژەنی ناودار بەمن ووت:
پیانۆژەنی ناودار بەمن ووت: قسەت لە گەڵ لاوێك دەكرد كە
(چاوم لێ بوو لە كاتی ئاهەنگەكەدا قسەت لە گەڵ لاوێك دەكرد كە
دەستەكانی بـەهرەی مۆسیقایی یـان دیاربوو و مـن حـەزم دەكـرد كـە
قسەی لـە گـەڵ بكـەم بۆیـە ئێمـە ئەگـەر سورین لـە سـەر فـراوان كردنـی
ئاسۆی بیرمان لە ڕێگەی هاوڕێیەتیەوە ئەوا كەسێتیی خۆشمان بە هێز
دەكەین و لە زۆر لە گرێ و كەم و كوڕی بە دوور دەبین، ئەو كەسەی كە
بە تەنها دەژی و تەنها بیر لە خۆی دەكاتەوە، كێشە و ئازارەكانی زیاتر
دەبـن و خـۆی لـەو كەسانە بـێ بـەش دەكـات كـە هـانی ئـەدەن و دڵـی
ئەدەنەوە و خەمەكانی دەڕەوێننـەوە، بۆیـە ئـەم جـۆرە كەسانە زۆر جار
نـاتوانن كـە ڕووبـەڕووی كێـشەكانی ژیـان ببنـەوە و خۆیـان دەكەنـە
مۆڵگەی ڕق و كینە و ئێرەیی.

هـەموو مرۆڤێـك بەهرەیـەكی تایبـەتی هەیـە دەكـرێ ئەوانـەی كـە
پەیوەندی پێوە دەكەن سوودی لێ وەربگرن، دەشێ كە ئەم بەهرەیە
ڕەوشتێك بێ یا دیدگایەكی فەلسەفی یا توانای گێڕانەوەی چیرۆك و
نوكتە بێ ئەم بەهرەیە هەر چەندە بچوكیش بێت، ئەوا دەشێ كە كار لە
ژیان و بیر و دەروونمان بكات و ئێمە كاتێ كە شت لـە ناسراوەكانمان
وەردەگرین، خۆشمان شتیان دەدەینێ.

ئەم ئاڵۆ گۆڕە خۆشی و هەست كردن چالاكی ی تیایە و سەرچاوەی
بـڕوا بـە خۆبوونـە و هانـدەری خۆشـی ویـستنی ژیـان و مـرۆڤ یەتییـە.
هـەموو ڕۆژێـك كـە بـە سـەرماندا تێدەپـەڕێ بـە دەیـان دەرفـەت لـە خۆ
دەگرێ بۆ بە دەست هێنانی هاوڕێ ی نوێ، ئێمە تا زیاتر ئەو هەلانە
بقۆزینەوە و لە چیانی ئەوانیتر دا بژین، دەبینین كە ژیان گەشە دەكا و
دەگەشێتەوە و زیاتر چێژی لێ وەردەگرین.

بەشی بیست و یەکەم

بەهای حەسوود و رکابەرەکان

چۆن لە گەڵ هاودژەکا نماندا هەڵس و کەوت بکەین؟:

بە دەگمەن رێ دەکەوێ کە لە ژیانی کەسێکدا حەسوود و رکابەر و دوژمن نەبێت، گومانیشی تێدا نیە کە رق لێ بوونەوەیان و حەزکردن بە تۆڵەکردنەوە لێ یان شتێکی سرووشتی یە، بەڵام ئەم هەست و حەزە زۆر جار ئەوەندە توند دەبێ کە ژیانی خاوەنەکەی دەکاتە دۆزەخ، نە نانی بۆ دەخورێ و نە خەوی لێ دەکەوێ و نە بەباشی بیر دەکاتەوە، بەمەش پەیوەندی ی لە گەل خزم و دۆست و هاورێ کانیدا خراپ دەبێ، بەتایبەتی ئەگەر نەتوانێ کو ئەوەی لە ناخیدایە دەربرێ و وێنەی ئەو دوژمنانە لە بیری دەرکات کە پێ ی وایە کەرامەتیان روشاندوە یا هەقیان خواردوە یا بوختانیان بۆ کردووە.

ئەگەر ئەم قین لە دڵە تورەیە بزانێ کە ئەم دڵە راوکێ و پەشێوییەی دڵی دوژمنەکانی بە خۆی خۆشتر دەکا، ئەوا ئەوەندە خۆی سەغڵەت نەدەکرد و لێیان دەگەڕا کە ئەوان لە داخا شەق بەرن نە وەك ئەم.

نووسینگەیەکی پۆلیس لە ئەمریکا شتێکی باشی کردووە کاتێ لە بڵاوکراوەیەکی رێنمایی ئاسایش دا نووسیویەتی: (ئەگەر نەفس نزمێك ئیهانەی کردی یا خۆپەرستێکی قین لە دڵ ویستی کە

ئیستیغلالت بکا، ئەوا تۆ تەنها ئەوە بکە کە ناوی لە لیستی هاوڕێ و سەودا کارانتا بسڕەرەوە، بەلام ئاگادار بە کە قین لە دڵ نەگری لە بەرامبەریدا، چونکە ئەمە زیان بە خۆت زیاتر دەگەیەنێ وەك لەو).

یەکێك لە پسپۆرەکانی لە سەدان کەس لەوانەی کۆڵیوەتەوە کە تووشی پەستانی خوێن و نەخۆشی یەکانی دڵی بوون و بۆی دەرکەوتووە کە لە ٩٩٪ ئەوانە خۆیان خستۆتە ژێر چنگی ڕق و تۆڵەسەندنەوە و ژمارەیەکی زۆریشیان لە ئەنجامی توڕەیییەکی زۆردا ژیانیان لە دەست داوە.

بۆیە ئەو ئامۆژگارییەی مەسیح کە لە ئینجیل دا هاتووە (دوژمنەکانتن خۆشی بوێ) تەنها مەبەست لێی ئەوە نەبووە کە ببێتە دەستورێك بۆ ئایین و ڕەوشت، بەڵکو پەیڕەوێکی تەندروستیشە کە دەبێ بە وردی ڕەچاو بکرێ بۆ ئەوەی تووشی نەخۆشی یەکانی دڵ و پەستانی خوێن و قورحەی گەدە و چەندین دەردی ترکە چارەسەرکردنیان سەری دکتۆرەکانیش دەسوڕمێنێ.

ڕەنگە لە ژیانتا تووشی گەلێك ئافرەت بوو بیت کە هێشتا تەمەنی لاوی یان تێنەپەڕاندووە، بەڵام ڕوخساریان گەشی و گەرمیی لە دەست داوە و چرچ و مۆنی دایپۆشیوە و چاوەکانیان بریسکەی جوانیی ون کردووە و لەوانەیە کە ئەمەت بە لاوە سەیر بێ و چۆن زانستی پزیشکی و هەموو ئامرازەکانی جوانکاری ناتوانن کە چارەسەری بکەن، بەڵام ئەم سەرسامییەت دەڕەوێتەوە کاتێ کە هۆکەی دەزانیت، ئەویش ئەوەیە کە ئەم کچە لاوانە پیران دڵیان پڕ کردووە لە ڕق و کینە و بوغز لە بەرامبەر خەڵکدا و لە ئەنجامدا خۆیان بەو ئاگرە سووتاون کە بۆ دوژمنەکانیان داخستووە وەك شکسپیر ووتوویەتی:

بە ئارامبە تەندروست دەبیت.

لێ بوردن و لێ خۆش بوون، گرنگترین هۆکاری سەرکەوتنە لە ژیانی کرداریدا، هاوڕێ یەکی نەمسایم بۆی گێڕامەوە کە لەم شەڕەی دوایی دا ناچار بووە کە کۆچ بکات بۆ سوید، بەڵام کاری دەست نەکەوتووە لەوێ، لە بەرئەوەی زیاتر لە زمانێکی زانیوە، نامەیەکی بۆ بەڕێوەبەرەی چەند دەزگایەکی پیشەسازیی بە ناوبانگ ناردووە و تیایدا داوای کاری کردووە، زۆربەیان وەڵامەکەیان بەم شێوەیە بووە (داوای لێ بوردن دەکەین، چونکە جێی چۆڵمان نیە و ئەگەر لە ئاییندە دا دەرفەت رەخسا ئەوا پەیوەندیت پێوە دەکەینەوە).

بەڵام یەکێك لەو بەڕێوەبەرانە وەڵامەکەی جیاواز بووە، ئەم زۆر بە توندی داواکەی رەت کردبوویەوە و ووتبووی:

(من لە ژیانما درۆزنی وەك تۆم نەدیوە، تۆ دەڵێ ی من چەندین زمان بە باشی دەزانم لەوانەش زمانی سویدی، بەلام نامەکەت پڕە لە هەڵەی زمانەوانی، ئێمە کارمەندی نوێمان ناوێ، ئەگەر بشمانەوێ ئەوا درۆزنێکی فیز زلی وەك تۆ وەرناگرین).

کاتێ هاوڕێ کەم ئەم نامە توندەی خوێندبوویەوە پەست بوو بوو، بڕیاری دابوو کە زۆر توندتر وەڵامی ئەو بەڕێوەبەرە گەمژەیە بداتەوە بۆیە دەستی کرد بە نووسینی نامەیەکی تر بۆی و پڕی کرد لە جنێو و قسەی ناشیرین بە زمانی سویدی.

بەڵام کە نامەکەی تەواو کرد، تۆزێ هێمن ببووەوە، بۆیە هاتەوە سەرخۆی و ووتی:

(زمانی سویدی زمانی خۆم نیه و دەمێکە خوێندوومە بۆیە ئاسایی یە کە هەڵە بکەم لە نووسینیدا، کە واتە بۆ دەست نەکەمەوە بە خوێندنی تا باش فێری ببم ئەگەر بمەوێ لێرە کارم دەست کەوێ).

بۆیە ئەو نامەیەی دڕاند و نامەیەکی تری بۆ نووسی کە تیایدا ووتبووی:

(گەورەم نازانم چۆن سوپاستان بکەم کە کاتی خۆیان لە نووسینی وەڵام بۆ مندا فیڕۆ داوە، پێوستیشیان بەمە نەبووە، بەڵکو ویستووتانە کە لە هەڵەکانم ئاگادارم بکەنەوە و بۆم دەربخەن کە من زمانی سویدی باش نازانم بۆیە بڕیارم دا کە گوێ لەم ئامۆژگاری یە بە نرخەتان بگرم و دەست بکەمەوە بە خوێندنی زمانی سویدی تا باش فێر دەبم و هەڵەی تیا ناکەم).

چەند رۆژێک تێ نەپەڕی، هاوڕێ کەم وەڵامێکی تری لە بەڕێوەبەرەکەوە پێ گەیشت کە داوای لێ دەکرد کە بچێ بۆ لای وچاوی پێی بکەوێ، دوای ئەمە کارێکی گەورەتری دایە لەوەی کە داوای کردبوو (کۆنفۆشیۆس) دەڵێ: شتێکی سەیر نیە کە خەڵك هەڵەت لە بەرامبەردا بکەن یا پلرو لە دەمت بفڕێنن، نە ئەمە و نە ئەوەش زیانت پێ ناگەیەنن، ئەگەر بیریان لێ نەکەیتەوە و خۆت نەدەیتە دەست خەم و حەسرەت).

(ئەدیت کافلێ) یش سستەرێك بوو وەك هەزاران سستەری تر لە شەڕی جیهانی یەکەمدا، بەڵام هەندێ سەربازی بریندارى فرەنسی و ئینگلیزی لە ماڵەکەیدا شاردبوویەوە و تیماری کردبوون و نانێ دابوونێ و پاشانیش یارمەتی دابوون بۆ دەربازبوون بەرە و هۆڵەندا، لە ئەنجامی ئەمەدا درایە دادگا و حوکمی لە سێدارەدانی درا.

بەیانی ئەو رۆژەی کە لە سێدارە دەدرا، قەشەیەك سەردانی کرد وەك باوە، ئەویش دوایین ووشەی خۆی ووت: (من پێم وایە کە تەنها نیشتمان پەروەری بەس نیە، دەبێ کە رقم لە کەس نەبێ).

دوای چوار ساڵ تەرمەکەی برا بۆ ئینگلتەرا و لە کەنیسەی (ویستمینستەر) نوێژی لە سەر کراو ئەم ووشانە لە سەر کێلی گۆڕەکەی نووسرا: (یەکێك لەو هۆکارانەی کە وا لە مرۆڤ دەکات لە دوژمنەکانی ببورێ و هەڵەکانیان لە بیر بکات ئەوەیە کە ئامانجێکی روونی هەبێت لە ژیاندا و هەموو بیرکردنەوەی خۆی بۆ گەیشتن پێی تێدا چڕ کردبێتەوە).

کاتێ لە زانای کۆمەڵناسی (لۆرەنس جۆنس) یان پرسی کە رای چی یە سەبارەت بە وانەی کە دژایەتی بانگەوازەکەی ئەویان کردووە بۆ فێرکردنی هەژاران و خزمەت کردنیان، ووتوویەتی:

(بایەخدانم بە ئامانجەکەم و بە جێ گەیاندنی پەیامەکەم بواری رق و کینەی بۆ نەهێشتوومەتەوە).

(لەنکۆڵن)یش دەیووت:

(لۆمەی کەس مەکەن یا رقتان لێی ببێتەوە هەر چەندە گوناحەکەشی گەورە بێت، چونکە ئێمە هەموومان زادەی بارودۆخ و ژینگە و پلەی خوێندن و بۆماوەین، ئەگەر ئێوەش هەمان ئەو سیفەتە ئەقڵی و جەستەیی و سۆزدارییانەتان بە رەچەڵەك بۆ بمایەتەوە و لە هەمان بارودۆخی ئەواندا بوونایە، ئەوا ئێوەش وەك ئەوانتان دەکرد).

کە واتە با واز لە هەندێ لە دوژمنەکانمان بێنین و بیر لە تۆڵە سەندنەوە نەکەینەوە، ئەگینا لەوان زیاتر ئازادی خۆمان ئەدەین

بەتایبەتی کەتەمەنی مرۆڤ سنووردارە کە واتە بۆچی لە بیرکردنەوە لەوانەدا بە فیڕۆی بدەین کە خۆشمان ناوێن؟

واز لەوانە بێنە کە خۆشت ناوێن و بیریان لیٚ مەکەرەوە و بەپێی خۆتدا برۆ و با حەسوودەکانت لە داخا شەق بەرن.

بەشی بیست و دووەم
دیاری کردنی ئامانجەکان

ئامانج چییە؟

ئامانج خۆزگە و هیوایە لە خەون زیاترە چونکە خەونێکە کە هەوڵ دەدرێت بە دی بهێنرێت و هەست پێ کراوە.

ناتوانرێت کە شتێك بکرێت بەر لەوەی کە مرۆڤ ئامانجێك بۆ خۆی دانەنێ و هەوڵی بۆ نەدات، مرۆڤ بێ ئامانج وێڵە و نازانێ چی بکات و چی پێویستە.

ئامانج بۆ سەرکەوتن بەقەدەر هەوا بۆ ژیان پێویستە و هیچ کەسێك ناتوانێ کە بگاتە خۆزگەکانی و لە ژیانیدا سەرکەوتوو بێ ئەگەر ئامانجی زانراو و بڕیار لێدراوی نەبێ.

لە ژیاندا ئەوە گرنگ نیە کە ئێستا تۆ لە کوێدایت، بەڵکو ئەو جێ یە گرنگە کە دەتەوێ پێ ی بگەیت. کۆمپانیا گەورەکان هەمیشە ئامانجی خۆیان هەیە و هەوڵ ئەدەن کە پێ ی بگەن، هەندێکیان بە چەندساڵێك دگاتە ئامانجەکانی و هەندێکی تریان بە چەند مانگێك.

گرنگ ئەوەیە کە ئامانجێك هەیە بۆ هەر کارێك کە بمانەوێ سەرکەوتوو بێت و گرنگی ی دوای ئەمەش ئەوەیە کە هەوڵ بدرێ بۆ گەیشتن پێی، چونکە هەر کۆمپانیایەکی ڕێزدار چارەنووسی خۆی ناداتە دەست بارودۆخ، بەڵکو کاروباری خۆی بە چاکی ڕێك دەخاو

ئامانجی ده ساڵ لەمەو دوای خۆشی دادەنێ. هەر وەك چۆن کۆمپانیا ئەم کارە دەکات، دەبێ مرۆڤیش بیکات.
بۆ ماوەی چەندین ساڵی داهاتووی خۆی نەخشە دابنێ.
ئەگەر دەیەوێ ببێتە موچەخۆری حکومەت، ئەوا با کارێك هەڵبژێرێ کە حەزی لێ بکاو تیایدا سەرکەوتوو بێ.
ئەگەر دەیەوێ کاری بازرگانی بکات با کۆمپانیایەك هەڵبژێرێ کە بە دڵی خۆی بێ و بە دڵ و بە گیان کاری تیا بکات و جێ خۆی بکاتەوە و بەرە و پێش بچێ تیایدا لە راستیدا زۆربەی خەڵك دەیانەوێ کە سەرکەوتووانە کار بکەن و پێشەوایەتی یان بکەن، بەڵام ئەگەر یەکێك بیەوێ ببێتە سەرۆك، سەرۆکی وولاتەکەی یا شارەکەی یا گەڕەکەکەی ئەوا دەبێ چی بکات؟

رێگە بەرەو سەرکردایەتیی سەرکەوتوو:

لە رابوردودا سەرۆك ئەو کەسە بوو کە سەرکردایەتی سوپای دەکرد و حوکمی نەتەوەی دەکرد، بەڵام لە سەدەی بیستەوە تا ئەمڕۆ بە هەر کەسێك دەوترێ سەرۆك کە کار بە دەست بێ لە بوارەکەیدا گەورەبێ، وەك چۆن (ناپلۆلیۆن) پێشەوایەکی گەورە و سەرکردەیەکی مەزن بووە لە سەردەمی خۆیدا و لە ماوەی سەد و پەنجا ساڵی پێشوودا، بە هەمان شێوە (فۆرد)یش سەرکردەی پیشەسازیی ئەمریکی بووە بۆ چەندین ساڵ و (مۆرگان)یش میری پارە بووە و (ئەنشتاین) یش یەکێك بووە لە پێشەواکانی بیری زانستی.

ئێمە لێرەدا وا باسی پێشەوایەتی ناکەین وەك جۆرێك لە سەرکردایەتی کردنی سوپاکان یا حوکم کردنی وولات و نەتەوەکان،

بەڵکو پێشەوایەتییەکمان دەوێ کە لە پیاوەتی و بوێری یەوە سەرچاوە بگرێ نەوەك تەنها دەست بە سەرا گرتنی تاکێك بێت بە سەر خەڵکەکەیدا جا ئەوە لە بواری سیاسەتدا بێ یا ئەدەب یا پیشەسازی، هەروەها دەمانەوێ بە شێوەیەك باسی لەم پیشەوایەتی و سەرۆکایەتی یە بکەین کە زۆرێك لە گەنجەکانمان دەتوانن پێ ی بگەن، ئەگەر باش لە هۆکارەکانیێ بکەن و لە بنەما و ڕێچکەکانی بکۆڵنەوە، بە جۆرێك کە هەر یەکێکیان بتوانێ هەست بە کاریگەری ی خێرای کردار یا ووتە یا جوڵەی خۆی بکات لە ناو خەڵکدا لە ژینگەکەیدا.

پێشمان وایە کە پێشەوایەتیی زانستی و ڕۆشنبیریی هیچ لە پێشەوایەتی میللی ناچێ، چونکە تۆ ڕەنگە بچیتە لای دکتۆر و راوێژی پێ بکەیت سەبارەت بە نەخۆشی یەکەت یا بچیتە لای پارێزەرێك ئەگەر توشی کێشەیەك بوویت تۆ لەم بارەدا بە تەواوی بڕوات بە فراوانی زانستی ئەم دووانە هەیە سەبارەت بەو شتەی کە راوێژیان پێ دەکەیت و داوایان لێ دەکەیت کە یارمەتیت بدەن تیایدا، بەڵام بە دەر لەمە ئەوا سەیر دەکەیت کە ئەم دووانە هیچ کاریگەری یەکیان نیە لە سەر تۆ و لە سەر سیاسەت و ئامانجە کۆمەڵایەتیەکانی تۆ، ئەمە ئەوە دەگەیەنێ کە تایبەتمەند بوون لە یەکێك لە بوارەکانی زانیندا بە شێوەیەکی ئاسایی بە هیچ شێوەیەك کاریگەری ی نیە لە سەر سەرکردایەتی کردنی کۆمەڵ و گەلەکان، مەگەر ئەو کەسە زانایەکی بلیمەت بێ لە بوارەکەیدا ئەو کاتە کاریگەری ی زیاتر دەبێ لە سەریان لە هەر کەسێکی تر، بەڵام من بڕوام وا نیە،مادەم وایە ئیتر رکێفی فەرمانڕەوایی بدرێتە دەست و ڕێزی بگیرێ و ستایش بکرێ و کە مردیش پەیکەرێکی گەورەی بۆ دروست بکرێ.

که واتـه کارکردنـه سـهر کۆمهڵـهکان و پێـشهوایهتی کردنـی گـهلان پێویـستی بـه زانین و تایبهتمهندی یـهکی بـهرفراوان نیـه، بۆ نموونـه (هیتلـهر) کهسـێکی نـهزان بـۆوه و شـههادهی سـهرهتاییشی نـهبووه، (مۆسۆلینی) ش تۆزێ لهم زیاتری زانیوه، شارهزایی (ستالین) یش له هی مامۆستایهکی سـهرهتایی تێنهپـهڕیوه، بـهڵام ئهمانـه سـهرکردایهتی ملیۆنـان کهسیان کـردووه کـه لـه نـاو یانـدا کهسـانێك هـهبوون کـه زۆر لهوان شارهزاتر و زیـرهك تـر بوون و گهلـهکانیان پـهیڕهوییان کـردوون، ههر ووشهیهکیان بووهته یاسا و دهستورێك و هـهزار زانکۆ و دهستهی بالای زانستی له وولاتدا نهیتوانیوه که رهتی بکاتهوه.

بـهم پێیـهش پێـشهوایهتی میللـی پێویـستی بـه زانینێکـی بـهرفراوان نیه، چونکه پێکهاتهی دهروونی مرۆڤایهتی زیاتر حهزی به مل کهچی و پـهیرهوی کردنـه، لـهم بوارهشـدا حیـزب نموونهیـهکی بچوککراوهی ئهمهیـه، لهوانهیـه ئـهو حیزبـه لـه سـهدان کـهس پێـك هـاتبێ، بـهڵام لـه کۆتاییـدا تـهنها یـهك کـهس ههڵدهبـژێرێ تـا کاروبـاری بـهڕێوه ببـات، لهوانهیـه ئـهم ههڵبژاردنـه راستگۆیانه و ئازادانه بـێ، لهوانهشه به زۆر بسهپێنرێت، بهڵام کاتێك ئهو کهسه ههڵدهبژێررێ مهرج نیه که زاناترین کهسـی نـاو حیـزب بێـت، کـه واتـه ئـهو هۆیـه چـی یـه کـهوا لـه کۆمـهڵێك دهکات که دهست به سهر کۆمهڵێکی تردا بگرێ که لـه خۆشی باشتر و زاناتریشه؟

سهرکردهکانی سوپاو پێشهوایهتی:

شتێکی تریش ههیه ئهویش ئهوهیه که ههندێك میللهت حهزی به مل کهچی یه و به تونـد و تیـژی دهسـهڵات قـایلن بـۆ نموونـه ڕووداوهکانی

مێژوو دەریان خستووە کە گەلی ئەڵمانی حەزی بە مل کەچی و حوکمی تاکڕەوانەیە، لە کاتێکدا گەلی ئینگلیز لە ستەمێك خۆشی نابێ کە لە لایەن سەرکردەکانیەوە بکرێت.

هەروەها یەکێك لەو هوکارانەی کە بووەتە هۆی دەسەڵات پەیدا کردنی سوپا لە ناو زۆرێك لە گەل و نەتەوەکاندا، ئەوەیە کە سوپا ئەرکی بەرگری کردن لە نەتەوەی پێ سپێردراوە لە دژی دوژمنێکی دەرەکی و شتێکی چاوەڕوان کراویشە کە کاتێ سوپا بە سەر دوژمنەکەیدا زاڵ دەبێ، ئەوا بە فیزەوە دەگەڕێتەوە بۆ وولات سەرکردەکانی تەنها بەوەوە ناوەستن کە سەرکردەی سوپان بەڵکو دەیانەوێ کە دەسەڵاتیان بە سەر هەموو نەتەوەدا هەبێ، مادەم چەك و هێزیش بە دەست سوپاوەیە کەواتە ئاسانیشە بۆی کە دەسەڵاتی خۆی بسەپێنێ و دەسەڵاتیش بگرێتە دەست، زۆر لە سەرکردەکانی سوپا بوونەتە فەرمانڕەوای نەتەوەکانیان و چەندین نموونە لە مێژوودا هەیە لەم بارەوەیە، بەڵام ئەم دیاردە کەمێك لاواز بووە لای هەندێك میللەت و لای هەندێکی تر هەر ماوە وەك وولاتانی کیشوەری ئەمریای باشوور و ئاسیا و ئەفریقا.

پیشەوایەتی زادەی قەدەرە:

ئەمڕۆ خاوەن کارگە و سەرۆکی کۆمپانیا گەورەکان شوێنی سەرکردە سەربازیەکانیان گرتۆتەوە لە پێشەوایەتی کردنی میللەتەکاندا بەو بڕە پارە زۆرەی کە لە پرۆژە ئابوری یە جۆراوجۆرەکاندا سەرفی دەکەن لە ناو وولاتەکەیان و لە دەرەوەی وولاتەکەشیاندا سیاسەتی پاراستنی دارایی میللەت بە سەر سیاسی

یەکانیاندا دەسەپێنن کە ئەو سامانەیان لەم لا و لا دابەشکردووە، نموونەی ئەمەش ئەو سیاسەتە نەوتیەیە کە بە سەر ئینگلتەرا وئەمریکادا سەپێنراوە، سیاسەتی رۆژهەلاتی ی عەرەبی ئێستا بە ناوی پاراستنی پارە و پولی کۆمپانیا ئینگلیزی وئەمریکی یە جیاوازەکانەوە من نکولی لەوە ناکەم کە ئەم پێشەوایەتی یە زادەی قەزا و قەدەر رێکەوتە، بۆ نموونە ئەگەر کۆلۆمبۆس ئەمریکای نەدۆزیایەتەوە ئەوا یەکێکی تر ئەیدۆزی یەوە و ئەم شانازی یە بۆ ئەو دەبوو، بە بڕوای من ئەو سەرکردەیەی کە دەتوانێ ببێتە سەرکردە لە هەر جێ یەك و لە هەر کاتێکدا زۆر کەمە و بگرە زۆر دەگمەنیشە زۆربەی ئەو پێشەوایەتیانەی کە لە مێژوودا دەرکەوتوون ناوچەیی بوون و ناوبانگیان سەردەمی خۆیانی تێ نەپەڕاندووە بەلام سەرکردە جیهانی یەکان ئەوا بە پەنجەی دەست ئەژمێردرێن وبێ گومان دەرکەوتەیەکی سەرسوڕهێنەری سرووشت و زەمانە بوون.

لە راستیدا چاوکردن لە سەرکردەکان و پیاوە گەورەکان و شوێن پێ کەوتنیان بریتی یە لەگەورەترین خەونەکانی لاوان و بە سوودترینیان، بۆیە ئێمە لێرەدا هەوڵ ئەدەین کە باری لەو لایەنە بکەین تا لاوانمان لە بنەماکانی تێ بگەن و رێگە راستەکانی بگرنە بەر و کاریگەریی هەبێت لە سەر ژیانیان وەك چۆن کاریگەریی هەبووە لە سەر لاوانی پێش خۆیان.

ئێمە لاوازین:

هەمووومان دەمانەوێ کە ببینە شتێك لە ژیاندا و هەندێکیشمان هەموو شتێکمان لە ژیان دەوێ، ئەگەرچی قەناعەتیش گەنجینەیەکی لە بن نەهاتووە، بەلام لەراستیدا کاریگەریی کەمی هەیە لە سەر زۆرێك لە

ئێمە و ئەوەشی کە قبوڵی بکات ئەوا لە ناچاریدایە و ئەگەر دەرفەتی تری هەبوایە ئەوا هەڵی نەدەبژارد، لاوازیی مرۆڤایەتی و ئارەزووی خەڵك بۆ بێ دەنگ بوون لە ئازادی و مافەکانیان لەو هۆیانەیە کەوا خەڵکی تر دەکات چاوی تێ ببڕن و دەستی بە سەردا بگرن بۆ خۆیان، بە دەر لەمە قسەی هیچە.

ئێمە هەمووومان دەوڵەمەندی و شکۆمەندیمان دەوێ ئەگەر ئەمە لە سەر حیسابی ئەوانیتریش بێ و ئەگەر بە زۆر و زەوت کردنیش بێت ئەگەر یاسا و دەزگاکانی راگرتنی ئاسایش نەبوایە ئەوا جیهان دەبووە جەنگەڵێك و ژیان تەنها بۆ بە هێز و چالاك دەبوو و مردنیش بۆ لاواز و سست.

بەلام نکوڵی لەوە ناکرێ کە کۆمەڵە کەسێکهەن کە خاوەنی رەوشتی بەرزن و جیاوازن لە خەڵکی تر، هەر وەك چۆن مێژووش ئەوەی سەلماندووە کە پێشەوایەتی پێویستە و هێزی کەسێتیش پێویستە لە ژیانی کۆمەڵە بچوك و گەورەکانیشدا، بۆیە خەڵك سەیری ئەوکەسە رەوشت بەرزانە دەکەن تا دادپەروەرانە فەرمانڕەوایی یان بکەن و لە ستەم و ئازار بیان پارێزن و رژێمێکی وا دابمەزرێنن کە مافی هەمووان بپارێزێ و کاری دەوڵەت راست بکاتەوە کارەکان بە سەر خاوەنەکانیاندا دابەش بکات، بەمەش خەڵك لە ژیان و بەرژەوەندی یان دڵنیا دەبن، بەلام ئەوەی کە جێی داخە ئەوەیە کە ئێمە هەمیشە تووشی ئەو کەسە نایابانە نابین تا ببنە فەرمانڕەوامان و هەروەها گەیشتن بە پلەی پێشەوایەتی کارێکی دژوارە و پێویستی بە بەهرە و لێ هاتوویی تایبەت هەیە کە لای کەسانێکی کەم هەیە، بەلام هەڵ دان بۆی بە شێوەیەکی بەردەوام کارێکی چاکە، ئەوەش کە ناگاتە پلەی

یەکەم لە ناو گەلەکەیدا لانی کەم بگاتە پلەی دووەم یا سێ یەم ئەمە باشترە لە ژیانێکی بێ ئامانج و بێ هیوا.

دان نانی خەڵکیش بە کەسێکدا وەك پێشەوایەك پێویست بەوە دەکات کە چەند بەهرەیەکی تایبەتی تێدا بێ وەك ئەوەی قسە خۆش بێت و بەخشندە و خۆش مەعشەر و راستگۆ و خاوەن بەڵێن و زانا و بوێر و دڵسۆز بێ لەو کارەدا کە خۆی بۆ خزمەت کردنی کۆمەڵەکەی یا حیزبەکەی یا گەلەکەی تیادا تەرخان کردووە، مەرج نیە ئەو کەسە دەڵەمەند بێ، چونکە خەڵك پێشەواکان لە قسەکردن و بیر ورای دروست دا ببینێتەوە، بۆیە دێنە لای و راوێژی پێ دەکەن لە کێشەکانیاندا تا چارەسەریان بکەن یان نێوانگیری یان بکەن.

یان لەوانەیە ئەو کەسە لە بەخشندە یی خۆیدا خەڵك رووی تێبکەن و داوای کۆمەك و یارمەتی لێ بکەن و بەمەش ببێتە پێشەوایەك و بۆ ئەم مەبەستە دەتوانێ کە پشت بەم رەوشت بەرزییە ببەستێ.

یان دەشێ ئەو کەسە لە دەسپاکی دا ناو بانگی دەرکردبێ بۆیە خەڵك ئامانەتەکانی خۆیان لای ئەو دادەنێن، شتێکی نهێنی نیە ئەگەر بڵێم زۆربەی بازرگانەکانمان بە پارەی خەڵکی تر دەژین و بازرگانی دەکەن، بەڵام دەسپاکییان وای لێ کردوون کە کەسانی تر پارە و پوای خۆیان و بەوان بسپێرن و یان لەوانەیە پێشەوا کەسێك بێ کە بە دڵسۆزی و نیشتمان پەروەری و خۆ بەخت کردن لە پێناوی بیر و باوەڕی خۆی و بەرژەوەندی ی گەلەکەیدا ناسرابێ بۆیە لە کاتی پێویستدا خەڵك پەنای بۆ دەبەن و گوێڕایەڵی را و بۆچونەکانی دەبن لە ناکۆکی یە جیاوازەکاندا.

یان ڕەنگە پێشەوا کەسێك بێ لە بواری بازرگانیدا جێ و ڕێ ی خۆی کردبێتەوە و کەسانی تر پشت بە ناو ناوبانگی ئەو ببەستن لەو بوارەدا.

بەم شێوەیە دەبینین کە پێشەوایەتی جۆراوجۆرە بەڵام دیارترینیان پێشەوایەتی کردنی گەلان و حوکم کردن و دەسەڵات گرتنە دەستە.

چەندین سەرچڵمان دیوە کە گەیشتوونەتە لوتکەی دەسەڵات و بە ئارەزووی خۆیان تالان و بڕۆیان کردوە و کارێکی خراپیان بە سەر گەلەکانیاندا هێناوە.

کێ شایەنی پێشەوایەتی یە؟

نووسەرێکی ئەمریکی نووسیویەتی: ئەوانەی کە لە ئەمریکادا دەسەڵاتەکان دەگرنە دەست زۆربەیان کەسی سادە و ئاسایین وەگەر بە زاناو زیرەکە بلیمەتەکان بەراورد بکرێن، هۆی ئەمەش ئەمەیە کە ئەوانەی دەیانەوێ ببنە موچە خۆر هەڵبژاردەی ناو میللەت نین، بەڵکو ئەو کەسانەن کە دەرگای کاری ئازادیان بە ڕوودا داخراوە، بۆیە دەبنە فەرمانبەر و موچەی مانگانە وەردەگرن، ئەمەش لای کەسی سەرچڵی وریا پەسەند نیە چونکە دەزانێ کە سامان لە ڕێی موچەخۆری یەوە بە دەست نایەت

بەڵکو لە ڕێ ی کاری ئازاد و پرۆژەی بەرهەمهێنەوە پێکدێ.

ئەوانەش کە لە ڕێی موچە خۆری یەوە سامانی خۆیان پێکەوە دەنێن ئەوانە فەرمانبەر نین، ئەوانە کۆمەڵە سەرچڵێکن کە فەرمانبەرییان کردۆتە پیشەیەك بۆ پارە پەیدا کردن.

ئەوەی ئەمرۆش دەرکەتووە کە حوکمی گەل قسەی قۆڕە، چونکە لە راستیدا هیچ گەلێك نیە کە خۆی حوکمی خۆی بکات، ئەوگەلانەش پێ یان وایە کە دیموکراتین و حوکمی خۆیان دەکەن، ئازادی خۆیان لە دەست داوە بەوەی کە حیزبێکیان هەڵبژاردووە تا بە ناوی ئەوانەوە قسە بکا و بەرگری لە مافەکانیان بکات، کە واتە ئەمڕۆ حوکم لە ناو بـالاترین نەتــەوە دیمـوکراتی ئازادەکانیـشدا، بـە دەسـت کۆمـەڵێکی دیاریکراوی خەڵکەوەیە کە لەوانەیە باشش بەڕێوەی ببا یان خراپ و کەسیش لێیـان ناپرسـێتەوە، تـەنها هێـزی بەرهەڵـستکار نـەبێ کـە ئـەمانیش لەوانەیـە کەمینەیـەك پێـك بهێـنن کـە نـەتوانن دەسـەڵات و ویستی خۆیان بسەپێنن.

پێـشەواکان قـەت لـە سیاسـەتمەدار و سـەرکردەکانی سـوپا نـین، پێشەوا لەوانەیە رۆژنامەوانێك بێت لەوانەی کە لە قسە و نووسین و کرداردا راستگۆن، کاتێکیش راستگۆیی و دڵسۆزی یان لە ناو خەڵکدا بـڵاو دەبێتـەوە، ئەوا ووتارەکـانی جێگـە و کاریگـەری خۆیـان دەبێ لە سیاسـەتی دەوڵەتـدا وەك هـەر سیاسـەتمەدارێك یـا سـەرکردەیەکی سیاسـی، ئەمە بۆ ووتاربێژو نووسەر پیاوانی کاریش راستە، سەیر لەوەدایە کە هەندێ خەڵك پێ یان وایە کە چاکی ی کەسێك لە بواری پیشە سازی دا مانای ئەوەیە کە لە بوارەکانی ترسیشدا چاکە کە ئەمە لەو وولاتە دیموکراتی یەکاندا زۆر باوە، لەوانەیە خەڵك قسەی خاوەن بانکێـك یـا کارگەیـەکی نـاودار لـە بـواری سیاسـەتیش دا بـە هەنـد وەربگـرن، ئەمــەش زۆر هەڵەیــە چــونکە ســەرکەوتنی کەسـێك لـە کارگەکەیـدا مانـای ئـەوە نیـە کـە لـە سیاسـەت و حـوکمرانیش دا سەرکەوتووە و لە وولاتەکەماندا زۆری لەم بابەتەمان دیوە کە لە بواری

پیشەسازی دا سەرکەوتوو بوون کاتێ کە هاتوو نەتە حوکمرانییەوە تووشی شکستێکی گەورە بوون.

هەموو مرۆڤێك بۆ ئەوە ئاراستە کراوە کە بۆی دروست بووە:

ئەم دیاردەیە وام لێ دەکات کە بڵێم هەموو مرۆڤێك بۆ ئەوە ئاراستە کراوە کە بۆی دروست بووە و ئەوەی کە خۆی بخاتە جێ یەکی ترەوە بە دڵنیاییەوە شکست دێنێ، ئەوەش کە دەیەوێ پێشەوایەتی خەڵك و وڵاتەکەی بکات دەبێ بەر لە هەموو شتێ کەڵك لە بەهرەکانی خۆی وەربگرێ لەو بوارەدا کە تیایدا شارەزایە بۆ نموونە دارتاش لە کارەکەیدا ئەوەندە لێزان و کاریگەر و پێشەوایە زیاتر لە سیاسی یەکی فاشیل، بازرگانێکی سەرکەوتووش لەو فەرمانبەرە کاریگەرترە کە زۆر لە کار و باری کارگێڕی نازانێ

با هەموومان ئەوە تاقی بکەینەوە کە لە پاراوێزی ژیاندا نەژین، چونکە سەرکەوتنی ئامانجی هەموو مرۆڤێکە، تەنها ئەو کەسەش سەردەکەوێ کە سەرچڵ و لێزانە و بەرژەوەندیی خۆی دەزانێ، سەرکەوتنی کاتیی هەندێ سەرچڵیش لە هەندێ کاردا کە باش نایزانن گاڵتەیەکی کاتی یە کە قەدەرو شانس هەندێ خەڵك پێ تاقی دەکاتەوە.

خەڵك دوو کەسن کەسێکیان دەیەوێ کە لە ژیاندا شتێك بێ ئەوی تریان دەیەوێ کە بە زیندوێتی بمرێ، بێ گومان هەرەیکە لەم دووانەش سوود و ئامانجی خۆی هەیە، یەکەمیان دەیەوێ کە دەسەڵاتی خۆی بە سەر ئەوانی تردا بسەپێنێ و پێشەنگیان بێت،

دووەمیشیان دەیەوێ کە ژیانێك هێمن و حەساوە بگوزەرێنێ، کەس لێی نەشێوێنێ.

من پێم وایە کە زۆربەی خەڵك کە لە جۆری دووەمن و سەرکەوتوو نابن بۆیە من لەم بەشەدا ڕێنمایی ئەوانە دەکەم و باشترین ڕێ و رایان بۆ دەخەمە ڕوو بۆ گەیشتن بە پێشەوایەتی و دەسەڵات و شکۆمەندی.

پێشەوای راستەقینە:

وا باوە کە ئەوانەی شوێن پێشەوایەك دەکەون باوەڕیان بە دڵسۆزی و ئامادەیی ئەو هەیە بۆ خزمەتکردنیان و ئەو تەنها کەسێکە کە بۆ ئەم مەبەستە شیاوە، شتێکی هەڵەیشە ئەگەر وا بزانرێت کە هەموو پێشەواکان هەمیشە بەرژەوەندیی تایبەتی خۆیان دەخەنە پێش بەرژەوەندیی گشتی یەوە، زۆر پێشەوا هەن کە بە ناچاری خزمەتی خەڵك دەکەن، چونکە دەزانن کە ئەم جۆرە خزمەتانە پێویست و گرنگن بۆ مانەوەیان بانگەشە بۆ کردنیان و ئەگەر وانەکەن ئەوا خەڵکیان لێ دەتەکێتەوە و بایەخ بە کەسانی تر ئەدەن پێشەواکان زۆربەی کات کەسانێکن کە دەتوانن باشتر لە کەسانی تر دەربڕی ئامانجەکانی رای گشتی بن و کار بۆ ئاراستە کردنی ئەم ئامانجانە دەکەن تا زۆرترین خەڵك بخەنە ژێر ئاڵای خۆیانەوە، ئەگەر پێشەوا لە وڵاتێکدا بژی کە لە ژێر دەسەڵاتی کۆلۆنیالی دا بێ ئەوا ئەم دژایەتی یان دەکات بەمەش هەست و سۆزی هەموو ئەوانە بە لای خۆیدا رادەکێشێ کە خۆیان بە نیشتمان پەروەر دەزانن.

ئەگەر لە حوکمەتێکی نیشتمانیدا بێ ئەوا دەبێ کە هەڵەکانی حوکومەت بکاتە بانوو بۆ رەخنەگرتن بەمەش هەموو نەیارەکانی دژ بە

ڕژێم لە خۆی کۆ دەکاتەوە، پێشەوا هەندێك جار دەبێتە دیاردەیەکی ڕوخێنەر لە ناو گەلدا، چونکە مانەوەی لە دەسەڵاتدا بەندە بە ڕەخنەگرتن لە هەر شتێك کە دژی بەرژەوەندی ی میللی دەوەستێ و خەڵك ڕقی لێ ی دەبێتەوە.

دەبێ پێشەوا سەرچڵ و شۆڕشگێر بێ چونکە هێمنی پێشەوایی لاواز دەکات و بەستەڵەکیش لە ناوی دەبا و دەبێ کاریگەری یەکی مەزنی هەبێ لە سەر ئەو کۆمەڵەی کە کاری تێدا دەکات.

هەموو نەتەوە و کۆمەڵێك پێشەوای خۆیان هەیە، بۆیە ڕەنگە پێشەوایەك لە ناو نەتەوەیەك یا کۆمەڵێکدا سەرکەوتوو بێ بەڵام لە ناو کۆمەڵێکی تردا سەرکەوتوو نەبێ نموونەی ئەمەش ئەوەیە کە هەندێ نەتەوە دەسەڵاتی تاکڕەوی یان قبوڵە و هەندێکی تر ڕەتی دەکەنەوە، بۆیە دەبینن حوکمی تاکڕەوانە لای ئەڵمان و ڕووس و ئیسپانی و ئیتالی یەکان سەرکەوتو بووە بەڵام لای ئەمریکی و ئینگلیزەکان نا، تەنها لە چەند بارودۆخی تایبەت و شەڕ و دژواریی دا نەبێ.

بۆیە ئەگەر بوترێ کاریگەریی ڕۆزڤێڵت لە سەر ئەمریکی یەکان وەك کاریگەریی هیتلەر وایە لە سەر ئەڵمانیەکان ئەمە ڕاست نیە. چونکە ڕۆزڤێڵت دەسەڵاتێکی هەبوو کە یاسا و گەلی ئەمریکی پێی بەخشیبوو، لە کاتێکدا هیچ ئەڵمانی یەك نەیدەتوانی کە ئەو دەسەڵاتە لە هیتلەر بسەنێتەوە، خۆی بە تەنها هەر چیەکی بویستایە دەیکرد لە کاتێکدا ڕۆزڤێڵت بەردەوام ڕەخنەی لێ دەگیرا لە لایەن ڕۆژنامەکان و حیزبە بەر هەڵستکارەکانەوە دەربارەی پرۆژەکانی.

ئەگەر هیتلەر لە ئەمریکا بژیایە ئاوا دەرنەدەکەوت، تەنها لە ناو ئەو ئەمریکییانەدا نەبێ کە بە ڕەگەز ئەڵمانین، بە هەمان شێوە ئەگەر

ستالین لە ئینگلتەرا دەرکەوتایە ئەوا ئەوەندە ناوبانگی دەرنەدەکرد وەك لە رووسیا، ئەمەش بەلگەیەکی روونە لە سەر ئەوەی کە پێشەوای نەتەوەیەك لە کارکردنە لە سەر نەتەوەیەکی تردا سەرکەوتوو نابێ و ئامادەیی هەر نەتەوەیەك بۆ قبول کردنی پێشەوایەتی بناغەی دەرکەوتن وسەرکەوتنی پێشەوایە.

کاریگەری بانگەشە:

زۆربەی گەل و نەتەوەکان هەمیشە دەکەونە ژێر کاریگەریی شەخسی یەوە بۆ نموونە بانگەشەکردن بۆ مادەیەك بە پەخش و بلاوکردنەوەی خەلك هان دەدات بۆ کڕینی.

چاکیی بانگەشە و ریکلام گەورەترین هۆکاری سەرکەوتنە لە پیشە سازی و بازرگانی دا، هەر وەك چۆن لێزانی ووتاربێژ و باشی هەلبژاردنی بۆ بابەتەکەی و تێ گەیشتن لە گوێگرەکانی و باش کردنی مەبەستەکانیان سەرکەوتنی بۆ دەستە بەر دەکا و کاریگەری لە سەریان دەچەسپێنێ.

دووبارەکردنەوەشی هۆکارێکی کاریگەرە لە سەر جەماوەر بۆ نموونە دووبارەکردنەوەی ریکلام زۆر بەسوودە بۆ ناساندن و بلاوکردنەوەی جۆری کەلوپەلەکە، دووپات کردنەوەی دیاردەیەك یان هەلەیەك لە هەلەکانی حکومەت لە لایەن وتار بیژێکەوە سەرنجی گوێگرەکانی بەرە و لای خۆی ڕا دەکێشێ.

مێژووش ئەوەمان بۆ دەردەخات کە ئەو بەیانانەی کە ناپۆلیۆن بۆ سەربازەکانی دەردەکرد بەر لە شەر، کاریگەری یەکی گەورەی لە

سەریان هەبوو و هەست و سۆزی دەبزاوندن و هەوڵێکی دوو ئەوەندەیی یان دەدا بۆ بە دەست هێنانی سەرکەوتن.

کۆمەڵەکانیش بە راستی شتێکی سەیرن، ئەوکەسەی کە بتوانێت سەرنجیان بە لای خۆیدا رابکێشێ دەگاتە ئەوەی کە لێ یانی دەوێ. بەتایبەتی ئەگەر ئەوەی لێ ببینن کە بە راستی هەوڵ ئەدات خزمەتیان بکات و دڵخۆشیان بکات و هەرلەم دیاردەیەشەوە لە کۆن و لە ئێستاشدا پێشەوایەتی سەرچاوە دەگرێ.

پیاو هەر چەندە مەزن بێ ئەوا پێویستە لە سەری کە لەگەڵ کۆمەڵدا کار بکات، لە گەڵ کۆمەڵێکدا کە باوەڕیان پێ ی بێ و کار بۆ بە جێ هێنانی ویستی ئەو بکەن، بێ ئەوا پێویستە لە سەری کە لەگەڵ کۆمەڵدا کرا بکات، لە گەڵ کۆمەڵێکدا کە باوەڕیان پێ ی بێ و کار بۆ بە جێ هێنانی ویستی ئەو بکەن، بەڵام کاری تاکانە ئەوا چارەنووسی شکستە، مێژووش ئەوەمان بۆ دەر دەخات کە هیچ کەسێك لە گەورە پیاوانی جیهان بە تەنها لە ناو خەڵکدا دەرنەکەوتووە بەڵکو کۆمەڵە خەڵکێکی بە دەورەوە بووە کە لایەنگیر یان کردووە چونکە سەرکردەی سوپاش ئەفسەری هەیە و سیاسیش لایەنگرانی خۆی هەیە و نووسەریش خوێنەری خۆی هەیە و کە پشتگیری لێ دەکەن و بیر و راکانی بڵاودەکەنەوە.

هەر وەها زانست سەلماندوویەتی و ئەزموونەکانیش دەریان خستووە کە هیچ کەسێك لە کارێکدا سەرکەوتوو نەبووە ئەگەر بۆ ئەو کارە نەخوڵقا بێ و زۆر بە چالاکی جێبەجێی نەکردبێ و حەزی پێ نەکردبێ، بۆیە ئەمڕۆ زۆربەی خەڵك لە کارەکانیاندا سەرکەتوو نابن دەبینی کە جووتیار واز لە کشتوکاڵ دێنێ و دەبێ بە فەرمانبەر و

بازرگانیش پیّ ی باشه كه له نووسینگه‌یه‌كدا دانیشیّ وەك له‌وه‌ی كه سه‌رچلی بكات.

خاوه‌ن پاره‌ش پاره‌كه‌ی له شتیّكدا ده‌خاته گه‌ڕ كه سوودیّكی مام ناوه‌ندی هه‌بیّ، بۆیه‌ش ئه‌مڕۆ ده‌بینین كه دكتۆر و پاریّزه‌ر و كارمه‌ندی زۆرمان هه‌یه به‌ڵام خاوه‌ن به‌هره‌ی زانستی ئازادمان كه‌مه ئه‌گه‌ر ئاماریّك سه‌باره‌ت به دكتۆره‌كان بكه‌یت ده‌بینی كه ته‌نها له سه‌دا ده‌یان ناوبانگ په‌یدا ده‌كه‌ن و خه‌ڵك روویان تیّ ده‌كه‌ن، ئه‌وانه‌ی تر به هه‌زار حاڵ بژیّوی خۆیان دابین ده‌كه‌ن، هۆكه‌شی ئه‌وه‌یه كه ئه‌مانه بۆ ئه‌وه دروست نه‌بوون كه ببنه دكتۆر یا پاریّزه‌ر ئه‌گه‌ر بچونایه‌ته بواری خۆیانه‌وه ئه‌وا سه‌ركه‌وتوو سوودمه‌ند ده‌بوون.

ئه‌و فه‌رمانبه‌ره‌ش كه یه‌ك ژیان و یه‌ك مووچه به سه‌ر خۆیدا ده‌سه‌پیّنیّ ئه‌وا هیمه‌ت و چالاكی خۆی له ناو ده‌با، ئه‌گه‌ر كه‌سیّكی به هیمه‌ت بوایه.ئه‌وا له ژیانیّكی تردا ده‌كه‌وته هه‌وڵ له وڵاتی خۆیدا یان له جیّ یه‌كی تر، چونكه ئه‌مه باشتره له خۆدا ده‌ست یه‌ك ژیان و یه‌ك مووچه.

شه‌رمیّكی بیّ سوود:

من خۆم له‌و كه‌سانه‌م كه بڕوام وایه ژیان خه‌باته، ململانیّ و هه‌وڵه له پیّناوی ژیان و پیّشه‌وایه‌تی دا، ئه‌وه‌ی كه به ته‌نها بۆ خواردن و خواردنه‌وه‌ی خۆی هه‌وڵ ئه‌دا ئه‌وا له به‌رامبه‌ر خۆیدا كه‌مته‌رخه‌می ده‌كات به كه‌مترین ژیان قایل ده‌بیّ، چونكه ده‌ست خستنی ئه‌مه ئاسانه ئه‌گه‌ر مرۆڤ شه‌رم و شكۆ له خۆی داماڵیّ، هه‌موو كاره‌كان هه‌ر چه‌نده بچوكیش بن باشترن له ده‌ست پانكردنه‌وه به‌ڵام هه‌ندیّك شه‌رم

دەکەن کە هەندێ کاری ئاسایی بکەن بۆیە دەست پان دەکەنەوە، لە خزم و کەس و لە دۆستان یان ئەوپەڕی هەوڵیخۆیان دەخەنە گەڕ ببنە فەرمانبەر لە سووچێکدا و بە درێژایی ژیان تیایدا بمێننەوە ئەگەر ئەو شەرمەیان لە خۆیان لابردایە و بچونایەتە ناو بازاڕ و هەندێ کاری وردە یان بکردایە ئەوا بە هەوڵی خۆیان و تێپەڕبوونی کات دەبوونە بازرگانێکی باش.

نموونەش لە سەر ئەمە ئەو ئەرمەنی یانەیە کە لە دوای شەڕی جیهانی یەکەمەوە ئاوارەی لوبنان و سووریا بوون و هیچیان نەمابوو، بۆیە دەستیان کرد بە ئیش کردن وەك کرێکار و دەستفرۆش و یا بەشێك لە دوکانێك یا کۆگایەکیان بە کرێ گرت، پاش چەند ساڵێچك بوونە خاوەن کۆگای گەورە و بازرگانیەکی فراوان و کۆشك و پارەی زۆر.

نموونەیەکی تر ئەو لاوانەن کە کۆچیان کردووە بۆ وولاتێکی تر زەحمەت و نەبوونەیەکی زۆریان کێشاوە و کاری وایان کردووە کە لە وولاتی خۆیاندا نەیانکردووە، بۆیە لێرە کردویانە چونکە غەریبن و کەس نایان ناسێ، ئەکەر لە وولاتی خۆشیاندا هەندێ لەم کارانەیان بکردایە ئەوا دەیان توانی کە پارە و کامەرانی بە دەست بێنێ.

رێنمایی بۆ پێشەوایەتی سەرکەوتوو:

هەر یەکێك لە ئێمە دەتوانێ کە بە پێ ی توانا ببێتە پێشەوا، بە مرجێك لە کارەکەیدا دڵسۆز بێ و لە خزمەت کردنی گەل و خەڵکەکەیدا راستگۆ بێ و هەول بدات کە لەم بوارە دا لەوانیتر باشتر بێ، بۆیە وا

باشه که جۆرەکانی پێشەوایەتی بە پێ ی ئەم ڕێنمایی یانە سادە بکەینەوە:

١- خۆت بە کەسێك دابنێ کە دەتوانێ ڕێگەی خۆی لە ژیاندا بگرێ و سەرکەوتووش بێ و مەهێڵە کە شکستەکانی پێشوت و هەژاری و نەداریت کارت لێ بکا و چالاکیت لاواز بکا.

٢- چالاکیی خۆت لە دەست مەدە و مەهێڵە کە زەردەخەنە لە ڕووت بڕوێتەوە و بزانە کە شکست ووشەیەکی ناشیرینە و ئەوانە دایان ناوە کە خۆیان شەرمەزار کردووە و کەسێتی خۆیان وون کردووە.

٣- دەبێ بڕوات بە خۆت بێ و کێشە و دژواری یەکەیان توانای بەرەنگاریت بە هێزتر بکەن، چونکە ژیانی نەرم و ئاسان نرخی نیە و ژیانی بە گوڕ و هەڵچو دەریایەکی بە خوڕە.

من کەسێك دەناسم کە یەك لە سەر سێ ی ژیانی لە بازرگانی ی سەرنەکەوتوودا بە سەر بردووە ناخۆشی و زەحمەت و نەداری یەکی زۆری چەشتووە، بەڵام بێ ئومێد نەبووە و بڕوا بە خۆبوونی لە دەست نەداوە، تا لە دواییدا و لە تەمەنی پەنجا ساڵیدا چووەتە وولاتێکی تر و تەنها ئەوەندە پارەی پێ بووە کە بەشی چەند ڕۆژێکی بکات و کارێکی تازەی لەوێ دامەزراندووە و پاش چەند ساڵێك کاری بەردەوام سامانێکی باشی پێکەوە ناوە و ئەمڕۆ لە سایەیدا حەساوەتەوە.

٤- بە دوای ئەو کارەدا بگەڕێ کە حەزت لێ یەتی و پێ ی قابلیت و بە چاکی جێ بە جێ ی بکە و لە کردنی کارە بچوکەکان شەرم مەکە چونکە سەرکەوتنت تیایاندا دەروازەیە بۆ سەرکەوتنت لە کارە گەورەکاندا.

٥- هەمیشە با چاوەکانت کراوە بن بۆ هەر سەرکێشی یەك یا هەر کارێك کە لە ناخەوە هەست دەکەیت کە باشی دەیکەی، ئەگەر دەرفەت رەخسا ئەوا تۆ بە بڕوا بە خۆبوونەوە لیٚ ی دەچیتە پێش و دەزانیت کە تیایدا سەرکەوتوو دەبیت. بەڵام مەڵێ: من تەنها ئەوکارەم دەویٚ کە حەزم لیٚ یەتی چونکە لوت بەرزی تووشی کەوتنت دەکات.

٦- زۆر بخوێنەوە و بگەڕێ بە دوای زانین دا، ئەگەر لای بازرانێك کار دەکەی ئەوا چاوەکانت بەباشی بکەوە بۆ کێشەکانی بازرگانی و شێوە و جۆرەکانی. ئەگەر کاری یەکێك لە لقەکانیان پێ سپاردی پاش ئەوەی کە تیایدا شارەزا دەبی، لێکۆڵینەوە لە سەر لقەکانی تریش بکە،چونکە رەنگە هاوەڵێکت لەو لقەدا نەخۆش بکەوێ، دەبێ تۆ ئامادە بی کە لە جیٚ ی ئەودا بە باشی کار بکەیت ئەگەر خاوەن کار بۆی دەکەوت کە تۆ ئەمە بە باشی ئەنجام ئەدەیت، ئەوا ئەمە دەبێتە یەکەمین پیٚ پەیژەی سەرکەوتن، ئەگەر وەك فەرمانبەرێك لە بازرگانیدا کار دەکەیت ئەوا لە ناخی خۆتەوە بڕیار بدە کە ببیتە بازرگانێکی سەربەخۆ و بەمەش بنەماکانی بازرگانی فێر دەبیت و ئەگەر کاتی ئەمە هات ئەوا تۆئامادەی بۆ هەموو شتیٚ.

٧- دەست پێوە گرتن و پاشەکەوت شتێکی زۆر گرنگە ئەگەر مووچەکەت هەر چەندێك بیٚ، هەر مانگێك بڕیٚ پارەی کەم بخە لاوە و رۆژێك دیٚ کە دەبینی ئەو پاشەکەوتەت کاریگەرییەکی گەورەی هەبووە لە سەر سەرکەوتنت.

٨- دەتوانیت کە لە هەندیٚ شوێنی رابوردندا کات بە سەر بەریت، بەڵام لە سەرەتای لاویتدا زۆر مەچۆ چونکە ئەمە لە زۆربەی کاتدا زیانی هەیە و سوودی نیە.

٩- سەرکەوتنی کەسی سیاسی بەندە بە قسە زۆر کردنیەوە، بەڵام سەرکەوتنی مرۆڤ لە بازگانیدا بەستراوە بە دووربینی یەوە. لە کۆبونەوە میللی یەکاندا خەڵك چەپڵە بۆ ئەو ووتار بێژە لێ ئەدەن کە قسەکانی پڕن لە ووشەی بە جۆشی نیشتمانی و بەڵێن، بۆیە سیاسیەکان بە پێی ووتار بێژی یان دەنگی دەنگدەران بۆ خۆیان مسۆگەر دەکەن.

بەڵام کۆمپانیا بازرگانیەکان ئەوا لێزانی لە ووتاربێژیدا دەورێکی وای نیە، توانای ووتار بێژ بەندە بە سەر کەوتنیەوە لە کارەکانیدا و لە بە جێ هێنانی بەڵێنەکانیدا بە کردەوە و بە بەڵگەوە بۆیە کۆمپانیاکان لە حکومەتەکان سەرکەوتووترن لە بواری بەڕێوەبردنی کار و باری گشتی ی ژیاندا.

بۆ ئەوەی ببیتە سەرۆك یان پێشەوایەکی گەورە لە ناو کۆمەڵەکەتدا، دەبێ بە تەواوی بڕوات بەوە هەبێ کە بانگەواز و کاری بۆ دەکەیت و دەبێ دڵسۆز و خۆ بەخت کردوو بیت، چونکە دڵسوزیی لە هەر بانگەوازێکدا دەبێتە هۆی ئەوەی کە خەڵکانی تریش باوەڕی پێ بێنن و شوێنی کەون، هەر ئەمەش بریتی یە لەوەی کە پێ ی دەڵێن کاریگەری کەسێتی ی تاکی لە سەر کۆمەڵێکی گەورە.

چەند بۆچوونێك سەبارت بە ژیان و هاوڕێ یەتی:

شانس ووشەیەکی بۆشە، چونکە لە ژیاندا شانس نیە مرۆڤ تەنها بریتی یە لەوەی کە هەوڵی بۆ ئەدات، ژیان بریتییە لە چەندین دەرفەت کە ئەو کەسە دەیانقۆزێتەوە کە ئامادەیە بۆیان و لە دەست ئەوەش دەچێ کە بێ ئاگایە لێ یان، ئەمەیە شانس.

خەڵك دوو جۆرن، جۆری یەکەمیان ئەوەیە کە دەیەوێ ببێتە شتێك لە ژیاندا و جۆری دووەمیش دەیەوێ کە بە زیندوێتی بمرێ و بە بەشی خۆی رازی یە و هیچی تری ناوێ و نە بە قسە و نە بە کردەوە داوای ناکات، ئەو کەسەیش کە هەر گلەیی ی لە بەختی خۆی دەکا و ناتوانێ بیگۆرێ ئەوا هەر لە جێ ی خۆیدا دەمێنێتەوە.

رەنگە ژیان هەندێ جار روو گرژبێ و دەرامەت کز بێ، بەڵام ئەمە بە درێژایی ژیان بەردەوام نابێ، بۆیە مەهێڵە کە ناخۆشیی ئەمڕۆ هیمەت و چالاکی و سەرچڵیت لە ناو بەرێ، ئەمانە ئەو چەکە بە هێزانەن کە وات لێ دەکەن لە ئایندەدا ژیانی خۆت بگۆریت چەندە کێشەکان ئاڵۆز بن، تۆ پێ بکەنە، چونکە ئەگەر دڵتەنگ ببیت و سست ببیت ئەوا خۆت لە دەست ئەدەیت و ترسی بە سەرتا زاڵ دەبێت.

قەت خەم و کێشەکانت مەبەرە بۆ ماڵەوە، بەڵکو لە سەر جادە یا لە شوێنی کارەکەادا جێ یان بێڵە و بە ڕووی خۆش و زەردەخەنەوە بچۆرەوە بۆ ماڵ و هەمووان دڵنیا بکە لە ژتەکەتەوە تا بچوکترین منداڵت بەوەی کە ئایندەی نزیك خۆشتر وگەشتر دەبێ و ئەم نارەحەتی یەی ئێستا شتێکی کاتی یە.

ئەگەر چی نکوڵی لە سوودی هاوڕێ ناکرێت لە بە جێ گەیاندنی هەندێ کاردا، بەڵام دەبێ کە هاوڕێ کانمان لەوانە هەڵبژێرین کە حەزیان لە سەر چڵی و لە کارکردنەوە دەخوازن کە لە ژیاندا سەرکەوتوو بن یا خوێندەواری چاك بن لە هەڵس و کەوت لە گەڵیاندا، زانست و شارەزایی یان لێوە فێر بیت.

بەڵام هەڵبژاردنی هاوڕێ تەنها لە بەر سامان و دەوڵەمەندی ئەوا سەرکێشی یەکی سەرنەکەوتووە و زۆربەی کات نوشوستی ی لە

دوایـە، چـونکە کـوڕی دەوڵەمەنـد لـەم دوو جـۆرە بـەدەرنین یا پـارە کوشـتونی و تـەنها بـۆ خـواردن و خواردنـەوە و رابـواردن دەژیـن، یا کەتۆتە ژێر باری پارەی باوکیەوە و نە کارێکی وا دەکا و نە چاکەیەکی واشی لە دەست دەبێتەوە هاوڕێیەتی کردنی ئەم دوو جۆرە وەك كاری زەحمەتە نەوەك هاوڕێ یەتی یەکی بێ سوود.

دەتـوانم بڵـێم کـە زۆر لـە کـەم کـوڕە دەوڵەمەنـدەکانمان سـەرکەوتوو بوون و زۆر بەیان پارەیان لە بەر دەستدایە و هیچی لە کاری چاکەدا سەرف ناکەن ئەوەشی لێ یان نزیك بێتەوە ئەوا هەموو بیرێکی باش و حەزێکی بە چاکەی تیادا دەکوژن.

بۆیە بە کار و کردەوەدا حوکم بە سەر خەڵکدا بدە نـە وەك بە بنەماڵـە و سـامانیان، ئـەوەی چاك نـەبوو ئـەوا لـێ ی بە دوور بە، لـە باوەڕی خۆتدا بوێر بە و لە هاوڕێ یەتیدا مەرایی مەکە و رێز لە کەسێك مەگرە کە شایەنی رێز نیە، درۆزنی ترسنۆکی یە بۆیـە قسە لـە روو بـە ئـەگـەر هەڵەشت کرد ئـەوا دان بـە هەڵـەی خۆتا بنێ و بـەڵێن بـە خـۆت بدە کە خۆت چاك بکەیت و بە هەموو تواناتەوە هەوڵ بۆ چاکسازی بدەیت.

ئەگەر ژیانت دەوێ ئەوا هەوڵ بدە کە بژیت و کـارێکی وا بکـە کـە لـە کەسانێ نر باشتر بیت و لە کارەکەتدا و رازی مەبە کە تـا سـەر پاشکۆ و بەردەسـتی کەسـێکی تـر بیـت و هـەوڵیش مـەدە کـە هـەر لـە یەکـەم ساڵەوە بگەیتە لوتکە چونکە گەیشتن بە لوتکـە بەرزەکان پێویـستی بـە هەوڵ و کاری چەندین ساڵ هەیە، بەڵام ئەگەر خۆزگە و ئامانجت بکەین بە گەیشتن بە لوتکە ئەوا هەر دەیگەیتێ، کادام بڕوات بە خۆت هەیە کە تۆ سەر دەکەویت ئەگەر هەوڵ بدەیت.

سەرکەوتن چاك هەوڵدانە:

ئەگەر ژیانت دەوێ ئەوا هەوڵبدە بژیت وکارێکی وابکە کەلە کەسانی تر باشتر بیت.هەوڵیش مەدە هەر لەیەکەم ساڵەوە بگەیتە لوتکە چونکە گەیشتن بەلوتکە بەرزەکان پێویستی بەهەوڵ و کاری چەندین ساڵەهەیە، بەڵام ئەگەر خۆزگەو ئامانجت بکەیت بەگەیشتن بەلوتکە ئەوا هەردەیگەیتێ، مادەم بڕوات بەخۆت هەیەو بڕوات بەوە هەیە کەتۆ سەردەکەویت ئەگەر هەوڵبدەیت سەرکەوتن چاك هەوڵدانە:

پوختەی ئەوەی کەدەمانەوێ بیڵێین ئەوەیە کە: ژیان گەمەو بێهودەیی نییە، بەڵکو بریتی یە لەهەوڵێکی بەردەوام و هەر ئەمەش ئەو مادە بنچینەییانە دەبەخشێتە مرۆڤایەتی کەوایان لێدەکات بتوانن لەشارستانی سازیو ئاوەدان کردنەوەدا سادەبن، هەریەکێك لەئێمەش شایەنی ئەوەیە کەبەشی خۆی لەم کارە جیهانیەدا جێ بەجێ بکات و هەموو ئەو ئەرکانە بەجێ بهێنێ کە پێی دەسپێرێت و بە چاکترین شێوە هەوڵ بدات کە هەتا ئەتوانێ لە پێشەوە بێت چونکە کارەکەی هەرچەندە بچوك بێت ئەوا کاریگەری خۆی هەیە لە بونیادی مرۆڤایەتی هەمواندا.من باوەڕم وایە کە هەموو کەسێك دەتوانێ کە سەرکەوتو بێت ئەگەر ئەو هۆکارو بنەمایانەی بۆ بڕەخسێ کە سەرکەوتن بەدەست دێنێ و ئەگەر ئەو دەرفەتانە هۆشیارانە بقۆزێتەوە،ئەو هۆکارانەش بریتین لە هەوڵی بەردەوام و چاك کار کردن و بیرکردنەوە لە ئایندەو گەڕان بەدوای باشترین و لەبارترین ڕێگەکانی گەیشتن بەهیوا مەزنەکان و زۆر خوێندنەوە و ناسینی خەڵکی باش لەوانەی کە حەزیان لەکارو زانینەوتاییبەتمەندان،هەروەها خزمەت کردنی کۆمەڵ بە پێی تواناو بە

دڵسۆزی‌و دەست پاکی‌و بڕوا بەخۆبوونەوە هەموو ئەم شتانە وا لە خاوەنەکەی دەکەن کە ببێتە پێشەوا لە کارەکەیداو لەناو ئەوانی تردا دیار بێ‌وکامەرانی‌و سامانیش بۆ خۆی دەستەبەر بکات.ژیان هەوڵ‌و خەباتە ئەوەیشی باش هەوڵ بدات ئەوا سەر دەکەوێ‌و دەگاتە ئامانجی خۆی، سەرکەوتنیش هۆکاری خۆی هەیە گرنگترین یان چەسپاوی‌و بەرەنگار بوونەوەی دژواریەکانە بە سنگێکی فراوان‌و هێمنەوە،بۆیە لە کارەکە کۆشش بکەو بڕوات بەخۆت بێ،بەمەش دەگەیتە ئەوەی کە دەتەوێ لە هیواو ئامانجە مەزنەکان.

بەشی بیست و سێیەم

باشی قسەکردن بناغەی سەرکەوتنە

ڕوونی دوان و قسەکردن:

هاوڕێیەکی کۆنم کە هاوڕێی سەردەمی خوێندن بوو جارێکیان دەعوەتی کردم بۆ نانی ئێوارە هەر کە لەسەر مێزی نان خواردن دانیشتین،لە گەڵ ژنەکەی و منداڵەکەیدا،دەستی کرد بە پرتە پرت لەبەر خۆیەوە، زانیم کە ئەمە دوای سوپاسگوزاریە بەڵام وەك ووشەی ێ تێنەگەیشتم، زۆری پێ نەچوو کوڕەکەشی داوای جۆرێك خواردنی کردو ئەمیش بەشێوەیەك وتی کە وەك ئەوەی باوکی ڕوون نەبوو بۆیە باوکی لێی توڕە بوو بەسەریا قیژاندی سەدجارم پێ وتی جوان قسە بکە با خەڵك لێت تێبگەن).

دایکەکەش ئاهێکی هەڵکێشاو بەدەنگێکی لەرزۆکەوە پشتگیری لە مێردەکەی کرد کوڕەکەش ڕووی گرژبوو و دەدەم گریانەوە ژوورەکەی بە جێهێشت،سەبارەت بەمە هاوڕێکەم ڕوی تێکردم و گوتی:

-نازانم چی لەم کوڕە بکەم هەمیشە بۆڵەی دێ و کەسیش لێی تێناگات نازانم هۆی ئەمە چییە.

منیش یەکسەر پێم ووت:

-تۆو ژنەکەت لەمە بەر پرسیارن ئێوە خۆتان دان بە ووشەکاندا نانێن لە قسەکردنداو کوڕەکەش خوی ئێوەی گرتووە.سەرەتا پێم وابوو

که هەستیانم بریندار کرد،بەڵام خێرا باوکەکە دانی بەم کەمو کورپیەدا ناو گوتی:

ڕەنگە ڕاست بکەیت،چونکە سەرکارەکەم چەندین جار پێی وتوم کە لێت تێناگەم، منیش لەمە توڕە ئەبوم‌و پێم وابوو کەدەیەوێت بمشکێنێ لەبەردەم هاوەڵەکانما.دایکەکەیش ووتی(ئەمەی تۆ سەبارەت بە منیش ڕاستە،من چەندین جار هەوڵم داوە کە ڕای خۆم دەربڕم لە کۆبونەوەی ئەنجومەنی کارگێڕی‌ی ئەو کۆمەڵەیەدا کە بومەتە ئەندام تیایدا، بەڵام هەموو جارێ ترس دای دەگرتم‌و دەشەپۆکام‌و دەمبزڕکاند بۆیە بێدەنگ دەبوم)

ئەو کاتە وا هات بەبیرمدا کە دەبێ چەندێ لە هاوڕێ‌و دۆستەکانم ئەم عەیبەیان هەبێ لە قسەکردنداو پێشی نەزانن؟ ئەو هاوڕێ قەشەیەم بیر کەوتەوە کە چەندە زیرەك‌و بیر فراوان بوو بەڵام کە وتاری ئەدا خەڵك گاڵتەیان پێ ئەکرد یان خەویان لێدەکەوت بۆیە هەر کە بانگ دەکرا بۆ کۆبونەوەیەك لەگەڵ سەرۆکەکانیدا ڕەنگی زەرد هەڵدەگەڕا،لە ئەنجامی ئەمەشدا هەموو ساڵێك کارێکی کەمتر لەوەی پێشوی پێدەسپێردرا.

هەروەها بیری ئەو هاوڕێ زیرەکە چالاکەشمم کەوتەوە کە چەندین دەرفەتی بەرەو پێ چوونی لەکارەکەیدا لەکیس چوو بوو چونکە زمانی دەیگرت‌و نەشی دەویست کەپەیوەندی بەلێپرسراوەکانی خۆیەوە بکات‌و تێیان بگەیەنێت.

لەگەڵ ئەو کچە مامۆستا جوانەی کەڕۆژێك بەگریانەوە هات بۆلام‌و وتی: چیتر وانەیەکی تری مێژوو ناڵێمەوە، چونکە خوێنکارەکان لەکاتی وانەدا پێم پێکەنین بەبێ هۆ. جارێکیان بەڕێوەبەری دەزگایەك

باسی لاوێکی زیرەکی بۆکردم کەڕێگەیەکی نوێی داهێناوە بۆ زیاد کردنی بەرهەم، بەڵام کاتێ داوایان لێکردووە کە ئەو ڕێگە نوێیەی خۆی لەکۆبونەوەی کارگێڕیدا باسی بکات بەڵام سوور هەڵگەڕاوە لەشەرماو لەترسا قسەی بۆنەکراوە لەناو ئەو هەموو فەرمانە بەرە گەورەیەی دەزگاکەدا بۆیە داوای لێبوردنی کردوەو چۆتە دەرەوە، بەڵام یەکێك لەهاوەڵەکانی لەکۆبوونەوەیەکی تردا هەمان ڕێگەی بەشێوەیەکی جوان روون کردەوەو لەئەنجامی ئەمە کارێکی گەورەتری پێسپێردراوە، کەچی خاوەنی بیرۆکەکە لەجێی خۆیدا ماوەتەوە.

لەراستیشدا پێویستی مرۆڤ بەتوانای قسەکردنی روون و قایل کەر زادەی ئەمڕۆ نییە، ئەوەتا (دیمۆکریتس) بەر لەچەندین سەدە دەرکی بەمە کردووەو هەوڵی داوە کەلەم بوارەدا مەشق بکات تا بووەتە یەکێك لەوتار بێژەکانی ئەسینا.(ئەبرا هام لەنکۆڵن)یش لەهەرەتی لاوی خۆیدا خەریکی مەشق کردن بووە لەسەر وتار دان تاکار لەگوێگرەکانی بکات و لەئەنجامدا بەئامانجی گەیشتووەو بۆتە سەرۆکی ئەمریکا. (چەرچڵ)یش لەمناڵیدا زمانی زوو زوو دەیگرت و دەنگێکی ناخۆشی هەبوو بەڵام توانی کەبەسەر ئەم کەموکوریانەدا زاڵ ببێ و ببێتە ووتاربێژێکی ناسراو.

چاك دووان بەبەکارهێنان:

رەنگە یەکێ لەهۆیەکانی سەرکەوتنی رۆزفێلت و ئایزنهاوەر بریتی بێ لەتوانایان بۆ پێشکەش کردنی بیرو راکانیان بەشێوەیەکی روون و رەوان و دەنگێکی خۆش. بەڵام وامەزانن کە لێزانین لەدووان و تارداندا تەنها تایبەتە بەبەهرە مەندەکان، چونکە خوداوند ئەوەی داویەتی

بەوان داویەتی بەتۆش کەبریتیە لەئەندامی دەنگی پێویست بۆ قسەکردنی چاكو پاراو. بەڵام جیاوازی لەنێوان تۆو ئەواندا ئەوەیە کەئەوان دەزانن کەچۆن هەموو بەشەکانی ئەو ئەندامە بەکار بێنن‌و لەگەڵ یەکدا بیان گونجێننن، ئەگەر لەڕێی تیشکەوە ئەو وێنەیەی پێ پیشان بدرێ کەچۆن دەنگ لای مرۆڤ دروست دەبێ، دەبینی کەسەرەتا هەوا هەڵدەمژێ، کەبریتیە لەوزەی دەنگ پاشان ماسولکەی ناو پەنچك پاڵی پێوە دەنێ بۆ سەرەوەو دەچێتە بری هەواوە ئینجا بەرەو قوڕگ کەلەسەرەوەی دووژێی دەنگی درۆینەی تیایەو لەخوارەوەی دووژێی دەنگی راستەقینەی تێدایە کەبەهۆی هێزی هاتنە ناوەوەی هەوا کەدەلەرێتەوەو هەندێك ئاواز دروست دەکەن کەدەچنە ناو دەم‌و لوتەوە ئەمانیش دەنگەکە گەورە دەکەن‌و لەڕێی زمان‌و مەلاشوو لێوو شەویلگەوە وشەکان دەبنە پیت.

قسەکەری چاك ئەو ئەدامانە بەباشی بەکاردێنێ کەدەنگ دروست دەکەن واتە بەباشی هەناسە ئەداو ژێدەنگییەکانی بەهەستیاری نەرمی دەهێڵێتەوە.

ئەمەش بریتیە لەحەوانەوەی هەموو بەشەکانی دەنگ لەکانی قسەکردندا بەمەش وشەکان بەجوان دەوترێن‌و دەنگەکانیش خۆش دەبن دووای ئەمەش خێرایی دێ، نابێ خێرایی قسەکردن لە ١٢٠ وشە لەخولەکێکدا زیاتربێ یان لەوە کەمتربێ. بەڵام قسەکەری لێزان قسەکانی دابەش دەکات بەسەر کۆمەڵێك رستەی پڕماناد لەنێوانیاندا هەڵوێستەیەك دەکات‌و پشویەك بەخۆی دەداو بەهەمان ئاست دەست بەقسە دەکاتەوە. ئەگەر هەستت کرد قسەکانت تێکەڵ‌و پێکەڵن‌و دەنگ

مایەی گلتەجاڕیە، ئەوا بۆماوەی ١٠ خولەك و یەك مانگ لەسەر یەك ئەم مەشقانەی خوارەوە بکە.

١- هەناسەیەکی قوڵ هەڵمژە، دەست بکە بەهەناسە بڕکێ بەخێرایی تا ماندو دەبیت، پاشان هەوڵبدە کە پێبکەنیت لەکاتی هەوا هەڵمژیندا بەهێواشی و لەکاتی هەناسەدانەوە وشەی (هات)و (هوت) دووبارە بکەیتەوە، بێزاریش مەبە ئەگەر سەرەتا ئەم مەشقانە ماندویان کردی چونکە ئەمە ئەوە دەگەیەنێ کەماسولکەی ناوپەنچکت پێویستی بەچالاك کردن هەیە.

٢- بۆچاککردنی ماسولکەکانی چەناگەو هەردوو شەویلگە سەروملت بابدەو ئەنجا باوێشك بدەو هەردوو شەویلگەت بجوڵێنە، بەچپە بخوێنەرەوەو بەخێرایی تا دەنگە ژێکان ماندو دەبن، هەندێ لەکەمو کوڕیەکانی قسەکردن دەگەڕێتەوە بۆ لاوازی تۆنی دەنگەکان‌و خراپی گوتنی وتەکان کەلەڕێی جوڵاندی زمان‌و هەردوو لێوو ددانەکان‌و مەلاشو هەردوو شەویلگەوە دەبێ ئەم مەشقانەش بۆ بۆلابردنی ئەو کەمو کوڕیانە بەسودە.

٣- ئەگەر لەکاتی قسەکردندا مینگە مینگت دەکرد واتە بەلوت قسەت دەکرد ئەوا ئەمە ئەوە دەگەیەنێ کەتۆ لەکاتی قسەکردندا لوتت دادەخەیت‌و بەمەش ئامرازێکی دەنگ پاڵێو و دەنگ گەورەکەر لەدەست خۆت دەدەیت، ئەگەر لەلوتدا زیادە گۆشت یان بەربەستی تر هەبوو کەئەمانە دەبێ بەنەشتەرگەری لابرێن، هەوڵبدە کەبۆچەند خولەکێك بەقوڕگو لوت ئاوازێك لێبدەی‌و خۆت فێری ئەوە بکەیت کەدەنگ لەلوتەوە بهێنیتە دەرەوە، بەبەکارهێنانی ئەو وشانەی کەبە

(م)و(ن) کۆتاییان دێ یا بە(نج) وەك (ئامانج) (نارنج) هەروەها ئەم ڕێنمایانەی خوارەوەش وات لێدەکەن کەببێتە وتار بێژێکی چاك.

١- سەیری ئەوانە بکە کەقسەیان بۆدەکەی ئەگەر یەك کەسبێ یان هەزار کەس.

٢- دەمت باش بکەرەوە لەکاتی قسەکردندا تاوشەکان بەروونیو بەجوانی دەربچن.

٣- با دەمت هیچی تیانەبێ وەك نقوڵ یا بنێشت لەکاتی قسەکردندا.

٤- بەرێکی بوەستە یان دانیشە بەشێوەیەك کەماسولکەکانی قوڕگو هەردوو شەویلگەت حەساوەبێت تابتوانی باش هەناسەبدەیتو بەباشی قسە بکەیت.

٥- لەکاتی وتاردانـدا لانـس وەربگـرەو بـەبڕوا بەخۆبوونـەوە قسەبکە.

بەشی بیستو چوارەم

هێمنی دەمارو دەوری لەسەرکەوتندا

مـرۆڤ بیزانیایـە کەچـەندە پەیوەندیـەکی پتـەو هەیـە لـەنێوان دەمارەکانی ئەندامـەکانی لەشـیو فەرمانەکانیـدا ئـەوا هەمیشە هێمنـی دەمارەکانی خۆی دەپاراست تاساغ و تەندروست بژی.بەڵام زۆر کـەس پـێ یان وایـە کـە ئامێری دەمـار تـەنها کـۆنترۆڵی ئەندامـە دەرەکیـەکان دەکات پەیوەندی بەقسە کردنەوە نییە بەڵام لەراستیدا هـەموو ئەندامە دەرەکیو ناوەکیەکانی لەش لەژێر رکێفی ئەودان هەروەها دەبـێ بزانین کە کارتێکەرە دەروونییە جۆراو جۆرەکان هەرچەندە سادەش بن ئـەوا کـار دەکەنـە سـەر فـەرمانی زۆر لـە ئەندانـەکانی لـەشودەردانی رژێنـە ناوەکیەکانی، بۆیە لەکاتی ترس یا تورەبوندا لێدانی دڵ زیاد دەکاتو پەسـتانی خـوین بـەرز دەبێتـەوە و چـوار پـەل دەلـەرزێو ئـارەق دەردەدرێـت، زۆر لـە خوێنـدکارانیش توشـی سـك چـونو میـزە چرکێ دەبن لـەکاتی تـاقی کردنـەوەدا بـەڵام لـەکاتی خۆشیدا ئـەوا پەسـتانی خـوێن دادەبـەزێو مـرۆڤ هەسـت بـە چـالاکیەکی سـەیر دەکـاوزۆر دەخـوات.زانـستی پزیـشکیی نـوێش سلماندویەتی کـە زۆرێـك لـە نەخۆشیە ئەندامیەکان وەك بەرز بونەوەی پەستانی خوێنو سنگەدڕێ

میزی شەکریو زامی گەدەو کرژ بونی قوڵـۆنو ڕەبۆ و سەر ئێشە زۆربەی کات لە پشێوی دەرونیەوە دروست دەبنو زۆربەی ئەم نەخۆشیانەش لەڕێگەی چارەسەری دەرونیەوە چارەسەر کراونو شێوازەکانی تری چارەسەر بێهودە بووە. ئەم نەخۆشیانەیش یان هەندێکیان لەو کەسانەدا دەردەکەون کە هەستیان ناسکەو گۆشە گیرن ئەگەر تووشی خورپەی دەرونی توند ببنو بەرگەی نەگرن، بەمەش دەمارەکانی گرژ دەبنو فەرمانەکانی لەشی تێك دەچنو نیشانەکانی لە ئەندامێکی لەشیدا بە چڕی دەردەکەوێت، بەتایبەتی ئەگەر ئەو ئەندامە بۆ خۆی لاواز بێت.

بیرمە کە هاوڕێیەکم توشی تەنگژەیەکی دەرونیی توند ببو چونکە پلەی بەرز نەکرابویەوە لە کارەکەیدا بۆیە ئەمیش تووشی سنگە دڕەیەکی توند بووبوو کە خەریك بوو بیکوژێ بەڵام کاتێك حوکومەت شایستەیی ئەوی بۆ دەرکەوتو پلەکەیان بەرز کردەوە، دەمارەکانی ئارام بویەوەو چاك بوویەوە.

ئەگەر بتەوێ دەمارەکانت ساغو دروست بن ئەوا دەبێت خۆت لە بیرکردنەوەو کار کردنی بەردەوام بەدوور بگریت،چونکە دەرونیش وەکو جەستەت مافی بەسەرتەوە هەیە، دەبێ کە کارەکانت بە تەواو بونیان لەبیری بکەیو ئەوەندەی بۆت دەکرێو دەلوێ پشو بدەیتو بحەوێیتەوەو پشوەکانی هەفتەو مۆڵەتەکان بۆ ئەم مەبەستە بەکار بهێنی. دەبێ ئەو ماوانەش دوور لەجێی کارەکەت بەسەر ببەیت لەگەشتی دوور یا مەشقی وەرزشیدا، بەمەش کەدەگەڕێیتەوە سەر کارەکەت هێمنو چالاك دەبی.

دەتوانیت کەهەموو ڕۆژێك ماوەیەك لەسەر جێگەکەت بەهێمنی ڕابکشێیت‌و بیر لەهیچ شتێ نەکەیتەوە بەمەش هەست بەحەوانەوەیەکی دەروونی‌و جەستەیی دەکەین. خۆت لەخەم‌و تووڕەیی‌و بێ ئومێدی بەدوور بگرە چوکە دوژمنی هەرە گەورەتە، خەم کوشندەیە بۆیە دەبێ بە بڕواو ویستی بەهێزی خۆت هۆکارەکانی لابەریت لەکاتی تووڕەییشدا دان بەخۆتا بگرەو ڕۆژەکانت بەهێمنی‌و زەردەخەنەوە دەست پێبکەو زۆر جار دەبینی کە شتێکی وانییە شایەنی تووڕەبوون بێت.لەهەر هەڵوێستێك یان هەر دژوارییەك کەتوشت دەبێ دەبێ بەهێمنی‌و دووربینیەوە بڕیارێك بدەیت هەوڵبدەیت کەئەو ئامانجە بەئارامەوە بەدی بێنی‌و خۆت لەهەڵوێستە ئاڵۆزەکان‌و نیمچە چارەسەرەکان بەدوور بگرە چونکە ئەوانە وات لێدەکەن کەنیگەران بیت‌و بەردەوام بیربکەیتەوە، خەفەت لەشتێك مەخۆ کەتێپەڕیوە چونکە پەشیمانی بێسودە، با ئەو زیانە ببێتە هاندەرێك بۆت بۆچوونەپێش‌و بەردەوام بوون لەژیاندا بەهێمنی.

بەشی بیستو پێنجەم

نمونەیەکی زیندوی پیاوەتی

پیاوانێک هەن کەگەیشتونەتە ئەو پلە بالأیانەی کەویستویانەو کاریان بۆکردووە. ئەگەر بمانەوێ بزانین کەئەوانە چ جۆرە پیاوێك بوون بۆچی بونەتە کەسانێکی ناودار لەدنیادا، ئەوا بائەم چیرۆکە بخوێنینەوە:

کەبریتیە لەچیرۆکی (ئەبراهام لەنکۆڵن)ی سەرۆکی ئەمریکاو کەسێتی رەوشت بەرزو مێژوو گەش لەرزگارکردنی کۆیلەکانو چەسپاندنی سەربەخۆیی ئەمریکادا.

ئەم چیرۆکە بەر لەچەندین ساڵ کابرایەکی زۆر پیر گێڕاویەتیەوە بۆ یەکێك لەهاورێکانی کەبەرێکەوت لەئوتێلی بیرمۆدە توشی بووەو دەستی کردووە بەقسەو باس لەگەڵیدا. ئەو کابرا پیرە باسی لەرووداوو گەشتو سەرچڵیەکان دەکرد بەلأم زیاتر پەرۆشی کارە تایبەتەکەی خۆی بوو کەیاسابوو لەم بارەیەوە درێژەی بەقسەکانی دا.

قسەی هیچە ئەو قسەیەی کەدەڵێ: یاسا خەڵك چاوچنۆك دەکاتو پارێزەرەکان گیرفان پڕن، من پیاوێکی بەتەمەنمو بەدرێژایی ژیانم چەندین کاری چاکم دیوە کە دکتۆرو قەشەکان ئەنجامیان داوە، بەلأم

باشترین کارێک ئەوەبوو کە پارێزەرێک کردویەتی کەئەمە چیرۆکەکەیەتی:

سەرۆکی لیژنەی هەرێمی لەبەردەرگای کراوەی نوسینگەدا وەستا پالێوراوی ئەنجومەنی نەتەوەش خەریکی نوسینی نامەیەک بوو.

سەرۆکیش لەکاتێکدا کە چاوەڕێ بوو بەهێمنی سەیری رووخساری مۆنی ئەوی دەکرد کەخۆی دابوو بەسەر مێزداو بەپەرۆشەوە خەریکی کارەکەی بوو وەک تاشە بەردێک لەجێی خۆی چەسپی بوو، بەڵام دیمەنێکی جوانی هەبوو پالێوراوەکە نامەکەی قەد کردو لەسەر کورسیەکەی سوڕایەوە ببورە (تۆم) کەهێشتم چاوەڕوان بیت، من هەوڵم ئەدا کەرێگەیەک بدۆزمەوە کە مرۆڤ بەهۆیەوە بتوانێ لەیەک کاتدا لەدوو جێدابێ، بەڵام وادیارە کەناتوانم وتاری خۆم رۆژی هەینی لێرە بخوێنمەوە

- ناتوانی وتارەکەت بخوێنیتەوە؟ گاڵتەدەکەی!

ئەویش لەسەر کورسیەکە سەرێکی لەقاندو وتی: (نا) ئەنجا هەستاو تەپەتەپ لەناو ژوورەکەدا هەنگاوی دەناو سەرۆکیش دوای کەوتبوو دەی بۆڵاند.

-تۆ دەزانیت کەرەنگە (کارترایت) بمان بەزێنێ بۆیە ژیریی نییە ئەگەر هەر دەرفەتێک لەدەست بدەین، چونکە کاتی هەڵبژاردن نزیک بۆتەوە.

پیاوە زلەکەش وەستاو زەردەخەنەیەکی سەیر لەسەر دەمی بوو کەوای لەچاوە تیژەکانی کردبوو بریسکێنەوە.ئەنجا وتی(ناتوانم کەهۆکەیت پێ بڵێم و پێم باشە کەلێشم نەپرسیت بەڵام ناتوانم ئەو وتارە لێرە بخوێنمەوە لەرۆژی هەینیدا) ئیتر کارەکە لێرەدا کۆتایی

هات. بەیانی رۆژی هەینی، لەگەڵ خۆر هەڵاتندا پالێوراوە بالاَ بەرزەکە شەقامەکانی رۆژئاوایی شارەکەی دەبڕی بەر لەوەی کەخەڵکەکەی لەخەو هەڵسن و زۆر بەخێرایی رێی دەکرد، سەعات نەگەیشتۆتە نۆ ئەو خۆی کرد بەشارۆچکەیەکدا کە بیست میل لەو جێگەیەوە دوور بوو کەئەم لێوەی هاتبوو.

دەرگای دادگا کراوە بوو بۆ پێشوازی کردن لەو رۆژەو لەئاپۆرەی دانیشتنەکانی، پالێوراوەکە چووە ئەنجومەنی نەتەوەوە بێ ئەوەی کەس پێی بزانێ و لەدوای دوواوە دانیشت، هۆڵەکە لەناوەوە زۆر سادەبوو، دیوارەکان سپی بوون تەختەکان بۆیە نەکرابوون، کورسیەکانیشی داربوون پالێوراوە چاوێکی بەدەوری خۆیدا گێڕا وەك ئەوەی کەئەم دیمەنەی دیبێ، دادگاش سەیری کێشەیەکی دزی دەکرد، ئەویش گوێی هەڵخست و دەتوت کەڵێکۆڵینەوە لەسەر دادوەرو پارێزەرەکان دەکات و هیچ وشەیەکیشی بەسەردا تێنەپەڕی لەقسەکانی ئەوانەی کەلەنزیکەوە دانیشتبوون، دادگایەکە کۆتایی هات و دادوەر حوکمی خۆی وت سەبارەت بە (جۆن ویلسۆن) کەبەکوشتن تاوانبار کرابوو. جوڵەیەك کەوتە ناو دادگاوە، لەبەردەم دادگادا پۆلیسێك دەرکەوت کەکوڕێکی پانزە ساڵانی دابووە بەرکە جلێکی شڕی لەبەردا بوو قژێکی سووری هەبوو رەنگی لەترساندا زەرد هەڵگەڕابوو سەری داخست بوو هێنایانە بەردەم دادگا: ئەویش لێی پرسی: پارێزەرت هەیە؟ کوڕەکەش سەروقژە بژەکەی لەقاندو گوتی: (نا من کەس ناناسم و پارەشم نییە بیدەم)

(دەتەوێ کە دادگا پارێزەرێکت بۆدابنێ)

لەبێدەنگی هۆڵەکەدا دەنگی تەپەی پێڵاوێك بیستراو ئەوپیاوەی کە لە ریزی دواوە دانیشتبوو هەستایە سەرپێ‌و هاتە پێشەوەو لەبەردەم دادوەردا وەستاو گوتی: گەورەم من پارێزەرم پێم خۆشە کەببمە پارێزەری ئەو کوڕە دادوەریش تۆزێك بەو پیاوە باڵابەرزەدا روانی‌و گوتی: ناوت چیە؟ ئەویش بەهێمنیەوە گوتی(ئەبرهام لەنکۆڵن) خەڵکەکەش هەموو سەیرێکی ئەم پارێزەرە زلەیان کرد، چونکە ئەمە پالێوراوی ئەنجومەنی نەتەوەیە، بەڵام هیچ کەسێك لەوانە کەئەو ناوەیان گوێ لێبوو نەدەهات بەبیریاندا کەئەو کابرایە رۆژێك لەرۆژان پایەیەکی بەرزی لەمێژوودا هەبێ دادوەرەکە وەڵامی دایەوە(بەڕێز لەنکۆڵن من ناوی تۆ دەزانم‌و مایەی خۆشیمە کەبەرگری لەگیراوەکە بکەی) دادوەرەکان لەجێگەکانی خۆیان دانیشتن‌و (لەنکۆڵن)یش چاوەقوڵ‌و تیژەکانی یەك یەك پیاگێڕان، خەڵکەکەش بەبێ ئارمییەوە سەیریان دەکرد ئەگەر چی هەستیان دژی گیراوەکە بوو بەڵام حەزیان دەکرد کەگوێیان لەبەرگریەکەش بێ.

دادوەر کێشەکەی بەناوی گەلەوە خستە روو بەکورتی باسی چیرۆکی کوشتنەکەی کردو گوتی: کەسی گیراو لەکێڵگەیەکدا کاری دەکرد کەناوی (ئامۆس بێری)یە لەپایزی ساڵی ١٨٤٥دا، لەو جێیە کابرایەکی ئێرلەندی لێ بووە کەناوی (شۆنسی) بووە کەحەزی بەگاڵتە کردن‌و تەنگاو کردنی کوڕەکە کردووە بۆیە ئەویش رقی لێی بووە، لە ٢٨ تشرینی یەکەمدا کوڕەکە عارەبانەیەکی پڕ لەکای لێ خوڕیوە بۆ جێیەکی تر لەوبەر، لەبەردەم دەروازەی کایەنەکەدا (شۆنسی)و ئامۆس بێری)و دووپیاوی تری دیوە کوڕەکە داوای لە(ئامۆس) کردووە کەدەروازەکەی بۆبکاتەوە (ئامۆس)یش خەریك بووە بیکاتەوە کەچی(

شۆنسی) لەولاوە هەڵی داوەتیّ و گوتوویەتی: ئەو هەتیوە تەمەڵەو دەبیّ دابەزیّ و دەروازەکە بەدەستی خۆی بکاتەوە، بەمەشەوە نەوەستاوە دەستی داوەتە سیلکیێك و نەقیزەی کوڕەکەی پێداوەو پێی گوتووە: دابەزەدەی، کوڕەکەش شێتگیربووەو سیلکەکەی لەدەست سەندووەو پەلاماری داوەو لەتەوقی سەریدا چەقاندویەتیو کابرا یەکسەر مردووە، ئەمەیە کێشەکە.

دووای ئەم قسانە کاتیّ نانی نیوەڕۆ هات بۆیە دانیشتنەکە وەستێنراو دادوەرو پارێزەرەکان لەشەقامەکە پەڕینەوە بەرەو چێشت خانەکە.بەلاّم پارێزەرەکە دیار نەما لەپەنایەکداو دوور لەچاوی خەڵکەکە لەگەڵ ژنێکی لاوازی جل شڕدا پیاسەی دەکرد ئەو ژنە کەبەبێدەنگی فرمێسکی هەڵدەوەراند دایکی کوڕە گیراوەکەبوو. کەدانیشتنی دادگا دەستی پێکردەوە پارێزەرەکە ژنەکەی بەنەرمی لەجێی خۆی دانیشاند ئەنجا چووە جێی خۆی دادوەر شایەتەکانی بانگ کردو یەك یەك پرسیاری لێکردن ئەوانیش بەوردی باسی رووداوەکەیان کرد، شتەکە وادەردەکەوت کەئەمە تاوانێکەو چەسپاوە بەسەر کوڕەکەدا، کەلەسوچێکدا بەگرژیو مۆنی وەستابوو بیّ ئومێدی پێوە دیاربوو.ئەگەرچی وەلاّمی شایەتەکان هەمووی لەدژی تاوانبارەکەبوون بەلاّم پارێزەرەکە هیچ ئیعترازێکی نەگرت، تادادوەرەکە گوتی:(کۆتا پیمان بەبابەتەکە هێنا دانیشتنەکە دواخرا بۆ ئێوارە مقۆمقۆی ئەوە لەئارادابوو کەئەو کوڕە تیاچووەو تاوانبارەو هیچ پارێزەرێك ناتوانیّ رزگاری بکات، تەنانەت ئەو پیاوە زلەش لەوەناچێت کەپارێزەرێکی لێهاتوو بێت.

دانیـــشتنەکە لەســـەعات هەشـــتدا دەســـتی پێکـــردەوەو هـــیچ کورسـییەکیش بـەتاڵ نـەبوو ژنـە لاوازەکـەش لەتـەنیش کوڕەکەیـەوە دانیـــشتبوو، دادوەرەکـــە هاتـــە ژوورەوەو (ئـــەبراهام لـــەنکۆلن)ی پـارێزەریش بەهێواشـی بـەناو خەڵکەکـەدا ڕۆیشتو دەسـتی خستە سەرشانی کوڕە گیراوەکەو مەترسە کوڕم من لەم تەنگەشەیە قوتارتـان دەکەم، بۆیە تۆش لەبر خاتری دایکت خۆڕاگربە.

کوڕەکەش تەماشایەکی دایکی کرد ئەویش زەردەخەنەیەکی بۆکرد، لـەنکۆلن چاکەتەکەی داکەنـدو دای بەسـەر کورسـیەکەداو بەکراسـەوە وەسـتاو گـوتی: دادوەرانـی بـەڕێز مـن بەشـێوەیەك چارەسـەری ئـەم کێشەیە دەکەم کەپێشتر لەدادگاکاندا پەیڕەو نەکراوە، من بانگی هیچ شایەتێك ناکـەمو پـێم وایـە کەئـەو کـوڕە گـیراوەی لەوێـدا دانیشتووە شایەتی منـە، هـەموو ئـەوەی کەدەیکـەم ئەوەیـە کەچـیرۆکێکتان بـۆ دەگێڕمـەوە ئیتر مەسـەلەکە بۆ ئێوە جێـدێڵم جمو جوڵێك لەهۆڵەکـەدا ڕوویـدا ئـەنجا بەدەنگە گڕەکەیەوە دەستی بەقسە کردەوە- تـۆ بـەڕێز جـیم تـۆ جـاك ئارامـسترۆنگ بەپەنجـە زلـەکانی ئامـاژەی بـۆ دووان لەدادوەرەکان کرد(ئێوە دێتەوە بیرتان ئا تۆش لوك گرین کەبەر لەپانزە سـاڵ لەئەندازیارییـەوە لاوێکـی درێـژی لاواز هـات بـەجلێکی شـڕو سـەیرەوە، بـەڕێزان وابـزانم هەنـدێکتان ئـەو ناوەتـان لـەبیرە کـەناوی (ئەبراهام لەنکۆڵن) بوو ئەنجا تۆزێك بێدەنگ بوو سەرقۆڵەکانی کەمێك هەڵکرد، دادوەرەکانیش ئەو قۆڵو مەچەکە توکنە پتەوەیان دیو ئەو پیاوە کەتەیەیان هاتەوە یاد کە پاڵەوانی زۆرانبازی بوو.

پاشان بەدەنگە بەهێزەکەی بەردەوام بویەوەو ووتی:(باشترین بەشی ژیانی مرۆڤ بریتیـە لـە هاوڕێیەتیـەکانی، لـەم ناوەشدا هـاوڕێی بـەوەفا

هەن کە دەشێ مرۆڤ بەدەستیان بێنێ، ئەو کوڕە گەنجە جل شینەش هەندێ هـاوڕێی هـەبووە ومـن لێـرەدا بـاس لـەو خێزانـە دەکـەم کـە گرتویانەتە خۆیان سۆزو خۆشەویستیان پێ بەخشیوە).

(ئەبراهام لەنکۆڵن)ی لاو لەتەمەنی بیست‌وسێ ساڵیداماڵی خۆیانی بەجێ هێشتوە تا بەدوای دەرامەتی ژیاندا بگەڕێ، بەڵام هەموو کات ئیشی دەست نەکەوتوە لەو ڕۆژە سەختانەدا، دەمەو عەسرێکی ڕۆژێکی پایز پاش ئەوەی کە چەندین میلی بڕیبو بۆ گەڕان بەدوای ئیشدا گوێی لە زرمەی تەورێك بوو کۆڵیتێکی بینی، کۆڵیتەکە زۆر پەڕپوت بوو لەباتی شوشە پەڕۆیان دابوو بە پەنجەرەکانیداو لە دوو ژوور پێك هاتبوو ژوورێك لە خوارەوەو ژوورێکی بچوکیش لەسەرەوە ئەبراهامیش بەرەو کۆڵیتەکە ڕۆیشت بەو هیوایەی کە جێیەکی دەست بکەوێت، ئەنجا بەو یادە خۆشەوە زەردە خەنەیەك گرتیو ووتی: بەڕێزان هیچ پاشایەك ئەوەندەی ئەبراهام جوان پێشوازیی لێنەکراوەو خاوەنی کۆڵیتەکە پێی گوتووە: ئەوەی هەیەتی هی ئەویشە، لاوە ماندوەکە چوەتە ناو کۆڵیتەکەوە دوو منداڵی دیوە کەلەسەر ئەرزەکە یاریان کردووە لەگەڵ ژنێکی بچکۆلەدا کەلەلای ئاگردانەکەوە لای لایەی بۆ منداڵێك کردووە تا بخەوێت، میوانەکەش دوای نانی ئێوارە چۆتە ژووری سەرەوە بەیانی کەلە خەوهەستاوە لە کارەکانیاندا هاوکاری کردون‌و لێی پرسیون: ئایا ئیشێك هەیە کە ئەم بەبەردەوامی بیکات؟ پیاوەکەش وەڵامی داوەتەوە: بەڵێ ئیش زۆرە، ئەگەر بتوانێ دار ببڕێ‌و ڕێکی خات پێی وتوە ئەم ئیشەت بەدڵە؟ (ئەبراهام)یش پێی ووتوە: ڕەنگە ئەمە بۆ مار کوشتن لەبار نەبێت، بەڵام....بەڵام لە ئەنجامدا بەکردەوە توانای خۆی لەو کارەدا سەلماند(ئەبراهام) پێنج هەفتەی لەو

کۆلێتەدا بەسەر بردوە، لەگەڵ باوکەکەدا داری ئەکردو ئەبڕی لە ئیشی ناو ماڵیشدا یارمەتی دایکەکەی ئەداو یاری لەگەڵ منداڵەکەدا ئەکرد، ئەو منداڵە ڕوو خۆشە قژ ئاڵتونیەی کە بەشێك لەژیانی خۆی نازانێت چەندە تیایدا بەختەوەر بووە.

ئەنجا پارێزەرەکە چاکەتەکەی هەڵگرتو دەستی کرد بەگیرفانیداو نامەیەکی دەرهێناو گوتی:

ئەو گەنجە کەئەو هەموو چاکە گەورەیەی لەگەڵ کرا بەرەو دۆخێکی باشترو خۆشتر ڕۆیشتو بە پشتیوانی خواوەند توانی کە پلەو پایەیەکی باش لەکۆمەڵگەدا بەدەست بهێنێ، ئەوەندەیشی کەتوانیویەتی پەیوەندی بەو دۆستە کۆنەیەوە نەپچڕاندوە، بەلام بەهۆی سەرقاڵی زۆرەوە لەم چەند ساڵەی دوایدا هیچ هەواڵێکی نەزانیون، تەنها لەبەیانی ڕۆژی دووشەممەی پێشودا نەبێت کە ئەم نامەیەی بۆ هاتوو:

ئەمە نامەی ئەو دایکەیە کەلە کۆلێتەکەدا جێی ئەو گەنجە بێ لانەیەی کردۆتەوە، مێردەکەشی بەر لەچەند ساڵێك کۆچی دوایی کردووەو دوو منداڵەکەشی بەسەر ئەودا بەجێ ماون، ئەو دایکەشی کە لەودەمەدا لایلایەی بۆ منداڵەکەی دەکرد...ئەو ژنە کزۆڵەیە کە لێرەدا دانیشتووە،ئەو منداڵە قژ ئاڵتونیەشی (ئەوتاوانبارە گیراوەیە کەلەبەر چاوتاندایە).

هەرایەك لەناو هۆڵەکەدا بەرز بۆیەوە؟، پاشان بێدەنگیەك باڵی کێشا بەسەر هۆڵەکەدا.

بەلام لە ساتێکی گونجاودا پارێزەرەکە سەرنجی خەڵکە سەرسامەکەی جڵەو گیر کردەوەو بەدەنگێکە بەرز ووتی:

چەند زۆرە ئەو چەندین هەفتە پڕلە خۆشەویستیەی ئەو هەژارانەم کەوتۆتەوە یادو لەخودا پاڕاومەتەوە کە ڕۆژێك بێ بتوانم چاکەیان بدەمەوە، کاتێك کە دووشەممەی پێشو ئەو نامەیەم پێگەیشتوە، دڵنیا بوم لەوەی کە خوا نزاکەمی قبوڵ کردووە. بەڵام هەندێك جار قبوڵ بونی نزا پێویستی بە قوربانی دەبێت وەك ئەم حاڵەی من، چونکە ئەم شەوە لە ژیانی من بریتی بوو لە لوتکەی حەزو ئاواتەکانمو دەبوایە کەووتارێك پێشکەش بکەم کە ڕەنگە بەرەو سەرکەوتنی ببردمایە بەڵام من ئەو سەرکەوتنەم کردە قوربانی لە پێناوی سەلامەتی ئەم کوڕەداو بەمەش دڵی خۆشم ئێوەش خۆش بکەم، لێرەدا بە چاوە تیژەکانی سەیری دادوەرەکانی کرد دەبێت ئەو سەلامەتیەی بۆ دەستەبەر بکەن. دادوەرانی بەڕێز، من لەسەرەتادا وتم کەبەشێوەیەکە نائاسایی بۆ ئەم کێشەیە دەچمو هیچ بەڵگەو بەر پەرچ دانەوەیەکم بۆ ئێوە نییە وا چیرۆکەکەم بۆ گێڕانەوە، دەشزانن کە ئەو کوڕە لە تەمەنێکدایە کەدەبوایە دەستەکانی کتێبی خوێندنگایان هەڵگرتایە، کەچی ئەم ئامێری کاری پیاوەگەورەکانی پێ هەڵگرتوەو بەمەش توشی بەڵا بووە دەشزانن کەچۆن پیاوەکە بەردەوام ئەم کوڕەی بێزار کردووە تا ئارامی نەماوەو ئەو ئامێرەی لە دژی بەکار هێناوە کەبەدەست ئەوەوە بوە، ئێوە ئەم شتانە وەك من دەزانن تەنها داوای من ئەوەیە کەئەم کوڕە بچوکە وەك منداڵە بچوکەکانی خۆتان لە ماڵەوە ڕەفتاری لەگەڵدا بکەنو ژیانی ئەو لەبەر دەستی ئێوەدایە، دادوەرانی بەڕێز من قسەکانی خۆمم تەواو کرد.

پاش تۆزێك دادوەرەکان لە شەقامەکە پەڕینەوە بەرەو ژووری ئوتێلێك کە

لەبەرامبەر دادگا بوو، نیو سەعاتیان پێچو ئینجا جوڵەیەك دروست بوو بە پاڵە پەستۆ هاتنەوە ناو هۆڵی دادگاو لەجێی خۆیان دانیشتن‌و دادنوس بەدەنگێکی بێزارکەرەوە گوتی: دادوەرانی بەڕێز ئایا لەسەر حوکمەکە ڕێك کەوتن؟

سەرۆکەکەیان گوتی: بەڵێ.

(کەواتە حوکمەکەتان چیە تاوانبارە یان بێتاوان؟)

چرکەیەك تێپەڕی کە هەمویان تێیدا هەناسەیان لە خۆیان بڕیبوو سەیری دەمی سەرۆکی دادوەرانیان دەکرد.

سەرۆك ووتی:(بێتاوانە)

بو بە هەرا پیاوەکان هو هایان دەکێشاو شەپقەکانیان بە ئاسماندا هەڵئەدا، ژنەکانیش دەگریان (ئەبراهام لە نکوڵن) سەیری کرد کوڕەکە خەریکە دەکەوێت بەدەما بۆیە بەپەلە چووەلایەوەو بە دەستە گەورەکانی گرتیەوەو هەڵی گرتو خستیە باوەشی ئەو ژنەی کە باوەشی پیا کردوو دەستی کرد بەماچ کردنی، هەموو خەڵکەکە بەرەو لایان هاتن بەلام لەنکوڵن وەك پاسەوانێك لەبەر دەمیاندا وەستاو لەجێی خۆیان ڕای گرتن‌و بەدەنگێکی بەرز ووتی:(منالەکە بورایەوە،بهێڵن هەناسە بدات) ئینجا بەزەردە خەنەوە ووتە:(منالەکە گەڕایەوە لای دایکی برایان، بەلام تۆزێ ئاو بۆ مندالەکە بێنن).

چیرۆکی پیاوە پیرەکە لێرەدا کۆتایی هات، پاش ساتێك بێدەنگی دەستی بە قسە کردەوە:

-بێگومان شتی لەم بابەتە ئەمڕۆ ڕوو نادات، ئەو دەمەش ڕەنگە کەسێکی تر جگەلە(لەنکوڵن) نەیتوانیایە ئەوە بکات بەلام ئەو

جەماوەرەکەی خۆیو دادوەرەکانی خۆی باش دەناسیٚ بۆیە سەرکەوتو بوو

گوێگرەکەیش سەیرێکە پیاوە پیرەکەی کردو لێی پرسی:

دەمـەوێت بـزانم کـە چـۆن ئـەم چیرۆکەت دەسـت کـەوتوە؟ تـۆ وەك کەسێك گێڕاتـەوە کە لـە ووردو درشتی دڵنیا بیو دەڵێی خۆت لەویٚ بویت، ئایا تۆ لەو دادگایەدا ئامادە بویت؟

پیـــاوە پیرەکـــەش چـــاوە ڕەشـــە گەشـــەکانی بریـــسکانەوەو زەردەخەنەیەکی سەیری بۆکرد وەك ئەوەی کە نیوسەدە چوبێتە دواوەو ووتی:

– من خۆم دادوەرەکە بووم!؟

بەشی بیست و شەشەم

چۆن چێژ لە ژیانمان وەردەگرین و کەی؟

ئەنتۆن چیخۆف چیرۆک نوسی گەورەی ڕوسی وتویەتی:

-ن پێم وایە کە خۆشی ڕاستەقینەی مرۆڤ لە تەمەنیدایە. ڕەنگە ئەم قسەیە تۆزێ نابەجێ بێت، بەڵام لە ڕاستی بەدوور نییەچونکە ئەو مرۆڤەی کە ژیانی لەکاری بەردەوامدا بەسەردەبات و وەستانی نییە لەو کاتانەدا نەبێت کەنان دەخوات یان ماندو دەبێت یان خەو دەیباتەوە، لە ڕاستیدا ئەوە ناکرێت کەمرۆڤێکی کامەران بێت کە هەست بە کلۆڵیش ناکات لەبەر ئەوەیە کەکاتی بۆ نەڕەخساوە کە لە خۆی بپرسێ یان تامی ژیان بزانێت.

بشزانە ئەگەر ڕۆژی چەند سەعاتێکت نەبێت کەتیایدا هەست بکەیت هیچ کارێکت لەسەر نیەو دەتوانیت ڕاکشێیت یان پیاسە بکەیت یان بخوێنیتەوە یان بچیت بۆ سینەما یا بە ئارەزوە خۆت ئیشێک بکەیت، ئەوا تۆ مرۆڤێکی کامەران نیت.

بەدبەختی مرۆڤیش لەوەدایە کەلە قۆناغی یەکەمی ژیانیداو لەسەرەتای لاوی دا بواری ئەوەی نیە چونکە پێویستیەکانی ژیان و هەوڵدان بۆ بنیاتنانی ئایندە، دەرفەتی تەمەڵی بۆ نارەخسێ، ئەگەر هەندێک کاتیشی هەبێت ئەوا گوڕی لاوێتی هەر وای لێدەکات کە لەمەشدا خۆی شەکەت بکات، کە قۆناغی لاوێتیشی دەگوزەرێ و دەبێتە

خاوەن خێزان‌و منداڵ، ئەوا بیر لەوە دەکەینەوە کەقۆناغی پیری خۆمان‌و ژیانی منداڵەکانمان دابین بکەین ئەگەر شتێکمان لێهات بۆیە دیسان هەر سەرقاڵی کارکردن دەبین‌و بواری ئەو تەمەڵیە خۆشە بەخۆمان نادەین‌و بەداخەوە ناچار دەبین کە ئەو خۆشیە گەورەیە کە مەرجێکی پێویستی کامەرانیە دووابخەین تاپیریی.

پیرییش یا تەمەنی خانە نشینی ئەو قۆناغە زێڕینەیە کەهەموو مرۆڤێك خەونی پێوە دەبینێ تا چێژ لەنازو نیعمەتی تەمبەڵی وەربگرێ بەئارەزووی خۆی چی دەوێ بیکات.

کەواتە تۆ کاتی خۆتت نییە تەنها ئەگەر داواو بەرپرسیارێتی تیانەبێ، بەڵام کەتۆ بەرپرسیار دەبی ئەوا تۆ موڵکی کاتەکەی نەك کاتەکەت موڵکی تۆبێ.

لەراستیشدا رادەیەکی دیاری کراو نییە وەك لەکتێبی (خۆت مەکوژە)دا هاتووە کەبتوانی بەبازرگانێك یا پارێزەرێك یا دکتۆرێك یا جوتیارێك بڵێی:

هاوڕێم تۆ دەبێ ئایستا خانەنشین بیت چونکە گەیشتویتە تەمەنی شەست‌و پێنج ساڵی‌و ئەمەش تەمەنی بڕیار لێدراوی خانەنشینیە.

هۆی ئەمەش زۆر سادەیە، ئەویش ئەوەیە کەکەسەکان زۆر جیاوازن لەیەکتری لەرووی پێك هاتەی لەشیان‌و بارودۆخی دارایی‌و خێزانیان، بۆیە پێویستە دەبێ رێگە بەو کەسە خۆی بدرێ کەتەمەنی خانەنشینی خۆی دیاری بکات.

کەواتە کەی دەبێ بیر لەخانە نیشین بوون بکەیتەوە؟

رەنگە وەڵامی راست بەلاتەوە سەیر بێ چونکە من پێم وایە کەمرۆڤی ژیر دەبێ لەخوار تەمەنی بیست ساڵییەوە بیر لەخانەنشینی

بکاتەوە! چونکە دەبێ لەوتەمەنەوە بیربکەیتەوەو خۆت ساز بکەیت تاوەکو ئامادەی خانەنشین بوون ببیت لەنزیکترین کاتدا، بۆئەوەی خانەنشینیەکەت لەبەر ئەوە نەبێ کەتۆ چیتر ناتوانی کاربکەی بەڵکو بۆئەوەبێ کەتۆ دەتوانی کارەکەت بوەستێنی تا گرنگی بەمیزاجی خۆت بدەیت نەك بۆ ئەوەی کەتۆ چیتر بەکەڵکی هیچ نەماوی‌و چاوەڕێی مردن دەکەیت بەڵکو دەتەوێ کەژیانێ:ی راستە قینە دەست پێبکەیت‌و خۆشت هێشتا لەباری بۆئەمە.

خۆزگە بابەتی خانەنشین دەکرایەوانەیەك لەخوێندنگە ناوەندی‌و ئامادەییەکاندا، تاسودی لێوەربگرین‌و ژیانمان تێك نەدەین‌و شتەجوانەکانی لەدەست نەدەین کەبریتیە لەکاتی خەوتنی زێڕین واتە تەمەڵی‌و ئازادی!

ئەگەر تۆ بتوانیت لەتەمەنی چل‌و پێنج ساڵیدا خانەنشین بیت ئەوا مەی کە بەپەنجاو نەکەی کەنەخشەی خۆت هەر لەسەرەتاوە واداڕێژی کەتۆ لەتەمەنی شەست‌و پێنج ساڵیدا خانەنشین دەبیت، چونکە تۆ تەنها پێنج ساڵ دەتوانیت کەچێژ لەماوەی زێڕین وەربگری رەنگە ئەودەمەش کەنەفت بووبیت بەدەست دەردو نەخۆشیەوە نەتوانیت کەچێژ لەئازادی خۆت وەربگریت یا لەوانەیە کەقەت نەگەیتە تەمەنی شەست‌و پێنج ساڵی!.

شتێکی گرنگی تریش هەیە ئەویش ئەوەیە کەدەبێ هەر لەمناڵیتەوە بیر لەئارەزوویێك بکەیتەوە کەلەدووای خانەنشینییەوە چێژی لێ وەربگریت، نەوەك لەبۆشاییەکی گەورەدا بسوڕێتەوەو شتێك نەبێ کەخۆتی پێوە سەرقاڵ بکەیت.

لەو ئارەزووە جوانانەش کەدەتوانی خۆتی پێوە خەریك بکەیت خوێندنەوەو فەرش چنین‌و پول کۆکردنەوەو زانست‌و مێژوو چەندانی تر.

هەروەها هەڵەیەکی زۆر باو هەیە ئەویش ئەوەیە کەخەڵك پێیان وایە کەخانەنشینی تەمەن کورت دەکات‌و نمونەش بۆ ئەمە دێنینەوە کەچەندین کەس هەبوون کەلەکاتی کارکردنیاندا تەندروستیان زۆر باش بووە کەچی کەخانە نشین بوون زۆر نەژیاون‌و مردون.

هۆی ئەمەش ئاسانە، چونکە درێژی ماوەی کارکردن بەرگری مرۆڤ لاواز دەکات‌و ئەگەر ئەو کەسە بە یەکجاری لەکار بووەستێ‌و هیچ شتێکی نەبێ کەخۆی پێوە خەریك بکات وەك ئەو زەلامە وایە کەلەشەمەندەفەرێك دادەبەزێك کەلەو پەڕی خێراییدا دەڕوات، چونکە هەموو ئەندامەکانی لەشی لەسەر ڕۆتینێکی کارکردن دەڕوات بەڕێوە کەخێراییەکی دیاری کراوی هەیەو وەستاندنی بەشێوەیەکی کتوپڕ توشی خورپەیەکی گەورەی دەکاو ئەمەش دەبێتە هۆی زوو مردنی یا تێك چونی.

بەشی بیست و حەوتەم
ئایا بارودۆخە لەبارەکان شانسن؟

شانسدارەکان:

زۆر جار لەهاوڕێکانم بیستووە کەهۆی شکست یا سەرنەکەوتنیان لەکارەکانیدا دەگەڕێتەوە بۆئەوەی کەشانسیان نییە. لەراستیدا من خۆم بڕوام بەشەنس نییە وەك ئەو شتەی کەچارەنوسی مرۆڤ دیاری بکاو بەرەو پێشی ببات لەکارەکانیدا سەرکەوتوی بکات، بەر لەوەشی کەبەوردی لەمە بکۆڵمەوە دەمەوێت کەلەخۆم بپرسم کەشانس چییە؟ شانس وەك هەموو ئەوانەی باسیان کردووەو لەسەری کۆکن بریتیە لە هەموو شتەباشەکانی ژیان، لەسەرکەوتن لەکارداو بەرەو پێش لەپلەو پایەدا یا دەست خستنی سامانێکی زۆر لەلایەن کەسێکەوە کەشایەنی ئەوە نییە.

بۆیی ئێمە لێرەدا بەکەسێکی زاناو زیرەك و لێزان نالێین شانسی هەیە چونکە بەتوانای خۆی دەتوانێت کەبگاتە پلەو پایە بەرزەکان ئەگەر بزانین و توانای خۆی بەرەوشتی بەرز پاڵپشت بکات، بەڵکو بەکەسێك دەڵێین شانسی هەیە کەهەموو ئەو شتانەی دەست کەوێ لەڕێی بارودوخێکی دیاری کراوەو شایەنی ئەوەش نەبێ.

من زۆر کەس دەناسم کەزانانین و توانایەکی ئەوتۆیان نییە بەلام بەدووای کاردا ولاتی خۆیان بەجێ هێشتووەو توانیویانە کەسامانێك

بۆ خۆیان پێکەوە بنێن. ئەگەر بەمن بڵێیت ئەی ئەمانە شانسیان نییە.
دەڵێم نا چونکە بارودۆخە لەبارەکان ئەمەی بۆ رەخساندون.

چیرۆکی (بیل مۆیەرز):

(بیل مۆیەرز) بوتە راویژکاری یەکەمی سەرۆکی ئەمریکی (جۆنسۆن) بەلام بابزانین چۆن پەیوەندی بەسەرۆکی ئەمریکاوە کردووەو چۆن گەیشتۆتە ئەو پایە گرنگە لەکاتێکدا ئەو هێشتا لاو بووە بەبەراورد لەگەڵ ئەو بەرپرسیارییەتیە گەورەیەدا.

لەو ماوەیەدا کۆشکی سپی کۆمەڵێك گۆڕانکاری بە خۆوە بینیوە لەناو گەورە ڕازێژکارەکانی سەرۆکی ئەمریکاداولەو گۆڕانکاریانەدا ناوی (بیڵ مۆیەرز)ی لاو دەرکەوتووە وەك سکرتێری ڕۆژنامەوانی کۆشکی سپی،ئەگەر چی بەڕەسمی ئەم پۆستەی وەرنەگرت،بەلام لە ڕاستیدا بوبە ڕاوێژکاری یەکەمی سەرۆکی ئەمریکیو نزیکترین کەس لێی.

ئەگەرچی (مۆیەرز) بەڕواڵەت تەنها بریتی بوو لە ئاوێنەیەك کە بۆچونەکانی سەرۆك جۆنسۆنی سەبارەت بە بابەتە ناوخۆییو دەرەکیەکان دەگەیاندە ڕای گشتی ئەمریکا.بەلام کەسە نزیکەکان لە کۆشکی سپی بەسێیەمین کەسی گەورەی دروستکەری بڕیاری دادەنێن لەدوای سەرۆك جۆنسۆنو (دین ڕاسك)وەزیری دەرەوە و(ڕۆبەرت ماکنمارا)وەزیری بەرگری.چونکە (مۆیەرز)یش بەشداری کۆبونەوەی سێ قۆڵی ئەمانی دەکرد کەهەموو سێشەممەیەك دەبەسترا، لە کاتێکدا (هیوبەرت هەمفری)جێگری سەرۆك ئامادە نەدەبوو.

بەڵام لێکچونێك هەبوو لەنێوان سەرۆك (جۆنسۆن)و(مۆیەرز)دا ئەوەیش ئەوەبوو كە هەردوكیان بچوكترین كەسێك بوون لەڕوی تەمەنەوە كە چوبنە ناو ژیانی سیاسیو كۆشكی سپیەوە هەردوكیشیان بە هەژاری دەستیان پێكردووە بۆنموونە (جۆنسۆن) بەمندالی بۆیاخچێتی كردووە و(مۆیەرز)یش شاگردی بەقاڵ بووە.

بەڵام هۆی بەرزبونەوەی خێرای (مۆیەرز)بریتی بووە لەوەی كەئەمیش سەربە ویلایەتی (تەكساس)بوو كە جێگەیەی لەدایك بووانیجۆنسۆن و گۆڕەپانی كاری سیاسی ئەوبوو،كە ئەمەش بەدوو قۆناغدا تێپەڕیبوو،قۆناغی یەكەم بریتی بوو لە نامەیەك كە (مۆیەرز)بۆ(جۆنسۆن)ی نوسیبو، قۆناغی دووەمیش بریتی بوو لە تەلەفۆنێك كە كە جۆنسۆن بۆ مۆیەرزی كردبوو.

مێژوی قۆناغی یەكەم دەگەڕێتەوە بۆ ساڵی ١٩٥٤ئەو دەمەی كەمۆیەرز خوێنكاری ساڵی دووەمی كۆلێژی كۆلێژی باكوری تەكساس بوو وجۆنسۆنیش ئەندامی ئەنجومەنی پیرانی هەمان ویلایەت بوو وخۆی بۆ ململانێیەكی نوێی هەڵبژاردن ئامادە دەكرد.

مۆیەرز بڕیاری دابوو كە پشوی هاوینی خۆی لەواشنتۆن بەسەر بەرێ، بەڵام پارەی ئەم گەشتەی نەبوو،بۆیە بیری لەوە كردەوە كەنامەیەك بۆ جۆنسۆن بنێرێ وگرنگی دەنگدەرە لاوەكانی بۆڕوون بكاتەوەو داوایشی لێ بكات كە لە پشوی هاویندا لە نوسینگەی تایبەتی خۆی دایمەزرێنێ تا لە هەڵمەتی هەڵبژاردندا هاوكاری بكات ئەگەرچی نامەكە شتێكی نوێی تیانەبوو، بەڵام ئەوشتەی كە سەرنجی جۆنسۆنی ڕاكێشا شێوازە نوسەرەكەی بوو،كە ئەوەندە كاری تێكردبو

تا ئەوکاتەی کەبانگی بکات بۆ واشنتۆن و ئەرکی وەڵام دانەوەی نامە تایبەتەکانی خۆی لە هەڵبژاردندا پێ بسپێری.

سەرەتای قۆناغی دووەمیش بریتی بوو لە کرانەوەی (وزەی قەدەر)بۆ (مۆیەرز)، کاتێك کە چەند گوللەیەك بەرەو سەری سەرۆك (کنێدی)ئاراستە کران نیوەڕۆی ڕۆژی ۲۲/تشرینی دووەمی ۱۹٦۳ دا،مۆیەرز لەو ساتەدا نانی نیوەڕۆی لەیەکێك لەیانەکانی (ئۆستن)دا دەخوارد لەگەڵ کۆمەڵێك لە گەورە ئەندامانی پارتی دیموکرات لە ویلایەتی(تەکساس)وەك جێگری بەڕێوەبەری تیپەکانی ئاشتی ئەمریکی.

لەپڕێکدا تەلەفۆنێکی لە جۆنسۆنەوە پێگەیشت کە ئەودەمە جێگری سەرۆك کنەیدی بوو، هەواڵی کوژرانی سەرۆکی پێ ڕاگەیاندو فەرمانی پێدا کە یەکسەر بێت بۆ (دالاس) بە فڕۆکەیەکی تایبەت.

(مۆیەرز)لەوکاتەدا گەیشت کە (جۆنسۆن) خۆی بۆ ئەوە ئامادە دەکرد کەوەك سەرۆکی نوێی ئەمەریکا سوێندی یاسایی بخوات،بەڵام یەکێك لە پیاوانی پۆلیسی نهێنی نەیهێشت بچێتە ژوورەوە، بۆیە ئەوەی بۆ نوسیو بۆی نارد.

(من لێرەم ئەگەر پێویستت بە منە) چەند چرکەیەکی نەخایاند دەرگاکە کرایەوە تا مۆیەرز بچێتە ژوورەوە، لەودەمەوە دەرگای جۆنسۆن هەمیشە لەسر پشت بۆ مۆیەرز لەهەرکاتێکدا. ئەگەرچی کە جۆنسۆن و ڕێکەوت دەوریان هەبوو لەبەدی هاتنی ئامانجەکانی مۆیەرزدا بەڵام بۆخۆشی هەر لەمناڵیەوە ئەو هۆکارانەی تیابوو کەلەبووندیادی کەسێتیدا ڕەنگیان دابوویەوە بەوەی کەکەسێکی

بەهەڵپەبوو ئامادەیی ئەوەی تیابوو کەئەرکی بەرپرسیارێتی لەئەستۆ بگرێ.

(بیلی) لەساڵی ١٩٣٤ دا لەخێزانێکی هەژاردا لەدایك بوو لەتەمەنی چواردە ساڵیدا چۆتە خوێندنگەی باڵا لەشاری (مارشاڵ) لەخوێندنەکەیدا شاگرد بەقاڵی کردووە بەهەفتاو پێنج سەنت لەسەعاتێکدا، لەهەمان کاتدا هەندێ وتاری نوسیوە لەرۆژنامەی خوێندنگەکەدا سەیر لەوەدایە کەئەو کچەی سەرنوسەری ئەم رۆژنامەیەبوو دواتر بووە هاوسەری سەرۆك جۆنسۆنی خانی یەکەم، بەم شێوەیە جۆنسۆن هاوسەرو راوێژکاری خۆی هەر لەوخوێندنگەیەوە هەڵبژارد.

پاشان مۆیەرز چۆتە کۆلێژی باکوری تەکساس‌و دووساڵ لەوێ بووە لەپشوی هاوینیشدا لەرۆژنامەی (مارشاڵ نیوز ماسنجەر)دا کاری کردووە بەکرێیەکی هەفتانە کەبیست‌و پێنج دۆلار بووە، هەر لەهەمان کۆلێژدا وەك سەرۆکی ئەنجومەنی خوێندکاران هەڵبژێردراوە، هەروەها نازناوی خوێندکاری پێ بەخشراوە هەرئەم نازناوەش وای لێکردووە کە زوو هاوسەرێکی شۆخ بۆخۆی بگرێت کەزۆر هاندەری لەپێشکەوتنی لەژیانی کرداریدا، چونکە هەر لەو رۆژەدا کەئەم نازناوەی پێدراوە بۆیەکەم جار هاوسەرەکەی (جودێت)ی دیوە کەئەویش خوێندکار بووە لەهەمان کۆلێژداو ماڵداری خوێندووە لەوێ مۆیەرز دەر بارەی ئەوە دەڵێت(لەباتی ئەوەی دەسرەکەیم بۆ فرێداتەخوارەوە وەك لەسەدەکانی ناوەراستدا باوبوو، کتێبەکانی بۆ بەجێهێشتم لەژێر یەکێ لەکورسیەکاندا، مامۆستاکەشم پێی وتم کەدەبێ بۆی بەریتەوە لەوکاتەوە من کەوتوومە داوی).

لەهاوینی ١٩٥٤دا چۆتە واشنتۆن تاوەك فەرمانبەرێك لەنوسینگەی جۆنسۆندا کاربکات، هەر لەهەمان ماوەدا بانگەی کردۆتە لای خۆیو نامەیەکی داوەتیَ تابچێتە زانکۆی تەکساسو لەکەناڵی تەلەفزیۆنی (ئۆستن)ی یشدا کاربکات کە هی خێزانەکەی جۆنسۆن بووە بەموچەی سیَ سەد دۆلار لەمانگێکدا.مۆیەرز چۆتە ئۆستن تا گەشتێکی نوێی پڕلەخەبات لەویَ دەست پێبکات، بەیانیان سەعات پێنج لەخەو هەڵدەستا تا سیَ سەعات لەکارەکەیدا بەسەربببات پاشان بەرەو زانکۆکەی دەچوو تاوانەکانی لیَ بخوێنیَ نەیدەتوانی کەشەوانە زیاتر لەشەش سەعات بخەوێت سەرباری ئەمەش ڕۆژانی یەکشەممەش لەچەند کەنیسەیەکی نزیك بەشارۆچکەکەی وەعزی ئەدا، پاش دوو سالَ بەرزترین پلەی لەبەشی ڕۆژنامەوانی زانکۆ وەرگرتوو یانەی (ڕۆتاری)ی یش بەخشی خوێندنی پێدا لەزانکۆی (ئەدەنبەرە) لەسکۆتلەندا بۆئاوەی سالێکو لەوێش بڕوانامەی لەمێژووی پەیوەندی کەنیسە بەدەوڵەتەوەو ڕەگ و ڕیشەکانی بیری ڕۆژئاوایی وەرگرت، بەر لەوەی بگەڕێتەوە گەتێکی بەرۆژئاوای ئەوروپادا ئەنجامدا کەسیَ مانگی خایاندا پاشان گەڕایەوە بۆ ئەمریکا تا خوێندنی بالاَ لەو بوارە تازەیەدا تەواو بکات کەخەریکی بوو ئەویش ئاین بوو چووە خوێندنگەی ئایینی ئاشاری (فۆرت وۆرپ)و کەتەواوی کرد دەستی کرد بەوان وتنەوە لەکۆلیژێکی ئایینیدا.

بەدرێژایی ئەم ماوەیە لەبەرچاوی جۆنسۆن دوور بوو بەلاَم لەبیری دوور نەبوو پاش ئەوەی جۆنسۆن بووە سەرۆکی زۆرینە لەئەنجومەنی پیراندا بانگی کرد تاوەك یاریدەدەری تایبەتی خۆی کاربکات، پاش ئەوەی بووە بەترسی وەلاَمدانەوەی نامەکانی هەڵبژاردنی ئەو بووە

بەهەڵپەبوو ئامادەیی ئەوەی تیابوو کەئەرکی بەرپرسیارێتی لەئەستۆ بگرێ.

(بیلی) لەساڵی ١٩٣٤ دا لەخێزانێکی هەژاردا لەدایك بوو لەتەمەنی چواردە ساڵیدا چۆتە خوێندنگەی باڵا لەشاری (مارشاڵ) لەخوێندنەکەیدا شاگرد بەقاڵی کردووە بەهەفتاو پێنج سەنت لەسەعاتێکدا، لەهەمان کاتدا هەندێ وتاری نوسیوە لەرۆژنامەی خوێندنگەکەدا سەیر لەوەدایە کەئەو کچەی سەرنوسەری ئەم رۆژنامەیەبوو دواتر بووە هاوسەری سەرۆك جۆنسۆنی خانی یەکەم، بەم شێوەیە جۆنسۆن هاوسەرو راوێژکاری خۆی هەر لەوخوێندنگەیەوە هەڵبژارد.

پاشان مۆیەرز چۆتە کۆلێژی باکوری تەکساس و دووساڵ لەوێ بووە لەپشوی هاوینیشدا لەرۆژنامەی (مارشاڵ نیوز ماسنجەر)دا کاری کردووە بەکرێیەکی هەفتانە کەبیست و پێنج دۆلار بووە، هەر لەهەمان کۆلێژدا وەك سەرۆکی ئەنجومەنی خوێندکاران هەڵبژێردراوە، هەروەها نازناوی خوێندکاری پێ بەخشراوە هەرئەم نازناوەش وای لێکردووە کە زوو هاوسەرێکی شۆخ بۆخۆی بگرێت کەزۆر هاندەری لەپێشکەوتنی لەژیانی کرداریدا، چونکە هەر لەو رۆژەدا کەئەم نازناوەی پێدراوە بۆیەکەم جار هاوسەرەکەی (جودێت)ی دیوە کەئەویش خوێندکار بووە لەهەمان کۆلێژداو ماڵداری خوێندووە لەوێ مۆیەرز دەر بارەی ئەوە دەڵێت(لەباتی ئەوەی دەسرەکەیم بۆ فڕێداتەخوارەوە وەك لەسەدەکانی ناوەراستدا باوبوو، کتێبەکانی بۆ بەجێهێشتم لەژێر یەکێ لەکورسیەکاندا، مامۆستاکەشم پێی وتم کەدەبێ بۆی بەریتەوە لەوکاتەوە من کەوتوومە داوی).

لەهاوینی ١٩٥٤دا چۆتە واشنتۆن تاوەك فەرمانبەرێك لەنوسینگەی جۆنسۆندا کاربکات، هەر لەهەمان ماوەدا بانگەی کردۆتە لای خۆی‌و نامەیەکی داوەتێ تابچێتە زانکۆی تەکساس‌و لەکەناڵی تەلەفزیۆنی (ئۆستن)ی یشدا کاربکات کە هی خێزانەکەی جۆنسۆن بووە بەموچەی سێ سەد دۆلار لەمانگێکدا.مۆیەرز چۆتە ئۆستن تا گەشتێکی نوێی پڕلەخەبات لەوێ دەست پێبکات، بەیانیان سەعات پێنج لەخەو هەڵدەستا تا سێ سەعات لەکارەکەیدا بەسەرببات پاشان بەرەو زانکۆکەی دەچوو تاوانەکانی لێ بخوێنێ نەیدەتوانی کەشەوانە زیاتر لەشەش سەعات بخەوێت سەرباری ئەمەش رۆژانی یەکشەممەش لەچەند کەنیسەیەکی نزیك بەشارۆچکەکەی وەعزی ئەدا، پاش دوو ساڵ بەرزترین پلەی لەبەشی رۆژنامەوانی زانکۆ وەرگرتوو یانەی (رۆتاری)ی یش بەخشی خوێندنی پێدا لەزانکۆی (ئەدەنبەرە) لەسکۆتلەندا بۆئاوەی ساڵێکو لەوێش بڕوانامەی لەمێژووی پەیوەندی کەنیسە بەدەوڵەتەوەو رەگ و ریشەکانی بیری رۆژئاوایی وەرگرت، بەر لەوەی بگەڕێتەوە گەتێکی بەرۆژئاوای ئەوروپادا ئەنجامدا کەسێ مانگی خایاندا پاشان گەڕایەوە بۆ ئەمریکا تا خوێندنی باڵا لەو بوارە تازەیەدا تەواو بکات کەخەریکی بوو ئەویش ئاین بوو چووە خوێندنگەی ئایینی ئاشاری (فۆرت وۆرپ)و کەتەواوی کرد دەستی کرد بەوان وتنەوە لەکۆلیژێکی ئایینیدا.

بەدرێژایی ئەم ماوەیە لەبەرچاوی جۆنسۆن دوور بوو بەڵام لەبیری دوور نەبوو پاش ئەوەی جۆنسۆن بووە سەرۆکی زۆرینە لەئەنجومەنی پیراندا بانگی کرد تاوەك یاریدەدەری تایبەتی خۆی کاربکات، پاش ئەوەی بووە بەترسی وەڵامدانەوەی نامەکانی هەڵبژاردنی ئەو بووە

بەرپرسی هەموو نامەکانی ئەو وتارانەشی ئامادە دەکرد کەجۆنسۆن لەناوەو لەدەرەوەی ئەنجومەندا پێشکەشی دەکرد. قۆناغی خەباتی راستەقینەی مۆیەرز لەوکاتەوە دەستی پێکرد کەجۆنسۆن خۆی بۆ پۆستی جێگری سەرۆك پالاًوت لەسالًی ١٩٦٠دا تائەو رادەیەی کەچووە مالًی جۆنسۆن خۆی هەموو هەولًی خۆی لەخزمەتی ئەودا خستە گەڕ تا لەهەلًبژاردندا سەرکەوتوو بوو جۆنسۆن ئەم چاکانەی ئەوی لەبەر چاو بوو بۆیە وەك یەکێك لەپێنج یاریدەدەرەکەی (سێرجات شریڤەر) بەڕێوەبەری تیپەکانی ئاشتی دایمەزراند، بەلاًم چەند مانگێکی نەخایاند شریڤەر داوای لە(کنەیدی) کرد کەبیکاتە جێگری خۆی مۆیەرز یش لەوکاتەوە بووە بچوکترین بەرپرسی ئەمریکی کەرێگەی پێبدرێت ئامادەی دانیشتنەکانی ئەنجومەنی پیران ببیٚو وەلاًمی پرسیاری ئەندامەکانی بداتەوەو لەم پۆستەیدا بەردەوام بوو تارووداوی کوژرانی کنەیدی لەدووای ئەمەش یەکێك بوو لەوکەسانەی کەجۆنسۆن کردویەتییە یاردەدەرێکی تایبەتی خۆی کەکاروبارەکانی بۆ رێك بخاتو چەندین بەرپرسیارێتی تایبەتی پیٚ سپاردووە لەکاتی قەیرانەکاندا، گرنگ ترین ئەو بەرپرسیارەتیانەش لەوکاتەدا بووە کە جۆنسۆن نەشتەرگەری زراوی بۆ کراوەو لەوچەند سەعاتەی کەلەژێر بەنجدا بووە مۆیەرز بەفەرمانی جۆنسۆن خۆی بەرپرسیارێتیی بڕیاردان لەگواستنەوەی ئەرکی سەرۆکایەتی بۆ(هیوبەرت هەمفری) لەئەستۆدا بووە لەکاتی روودانی هەر قەیرانێکدا. مۆیەرز بۆخۆشی کەسێکی زۆر هێمن بوو تەنانەت لەمشتو مڕەکانیشدا کەسێکی خۆشەویستو قۆزبوو خەلًك بەبینینی دلًخۆش دەبوون، نەیدەخواردەوەو جگەرەی کەم دەکێشا چروتی پێخۆش بوو، هەروەها پەیوەندی یەکی توندو تۆلًی

هەبوو بەخێزانەکەیەو کەلە ژنەکەی‌و سێ منداڵەکە پێك هاتبوو بەم شێوەیە رەنگە رێکەوت دەوری هەبێ لەژیانی مرۆڤدا بەڵام ئامدەیی کەسی‌و تواناو زیرەکی‌و لێهاتویی وای لێدەکەن کەلەکارەکەیدا سەرکەوتووبێ‌و سود لەبارەودۆخە لەبارەکان‌و دەرفەتە رەخساوەکان وەربگرێت.

بەشی بیست و هەشتەم

هەمـــــــووومان بازرگانین

هونەری خستنە ڕوو:

کڕین و فرۆشتن تەنها تایبەت نییە بە بازرگان و فرۆشیارەکان، چونکە ئێمە هەمووومان دەوری فرۆشیار دەبینین لەهەر ڕۆژێکی ژیانماندا ئەگەر زووتر بەمە بزانین ئەوا باشتر کڕیار بەلای خۆماندا ڕادەکێشین بەشێوەیەکی چاك شتەکانمان پیشان دەدەین و دەیخەینە بەرچاو، هەر ئەم هۆیەشە کەزۆرێك لەبلیمەت و زاناکان لەواری کاردا شکستیان هێناوە چونکە ئەم ڕاستییەیان ڕەچاو نەکردووە دەبینی زانایەك زۆر لەخۆی باییە بۆیە خەڵك لێی دوور دەکەونەوە لەولاوە ئەدیبێك تەنها بۆخۆی دەژی و بۆ هەموو خەڵك نانوسێ بەمەش خوێنەرەکانی کەم دەبنەوەو فرۆشی بەرهەمەکانیشی کز دەبن.

یاسیاسەتمەدارێکی لێهاتوو کەنایەوێ هاوکاری کەس بکات و زانینەکەی سودی بۆکەس نییە.

یادکتۆرێکی بلیمەت کەنازانێ چۆن ڕەفتار لەگەڵ نەخۆشەکانیدا بکات بەمەش کۆمەڵێ دکتۆری تر پێشی دەکەون کەدەزانن چۆن خەڵك بەلای خۆیاندا رابکێشن.

وا لێرەدا گرنگ ترین ئەو هۆکارانە دەخەینە ڕوو کەبنەمای سەرکەوتنی جوڵەی کڕین و فرۆشتنن لەناو خەڵکدا:

کاتیێ مرۆڤ برسی دەبێ ئەوا بەدووای خواردندا دەگەڕێ‌و کەتینوشی دەبێ بەدووای ئاودا، بۆیە لەکاتێکدا کەتێرە یاتینوی نییە تۆناتوانی زۆری لێبکەیت کەنان بخوات یا ئاوبخوات. چێشت لێنەرو حەلواچییەکانیش دەزانن کەچۆن حەزی خەڵك دەبزوێنن بەوەی کەتام‌و بۆنی خۆش دەکەن‌و بەشێوەیەکی وا دایدەنێن کەلیك بەدەمی خەڵکدا بێنێتە خوارەوە. بەهەمان شێوە ئەگەر تۆ تەوێ کەخەڵك شتێك بکەن ئەوا بەشێوەیەك بیروڕای خۆتیان پێ بڵێ کە هاندەریان بێ بۆ وەرگرتن‌و بەشێوەیەکی روون‌و بێ کرێ تا تێی بگەن‌و واهەست بکەن لەبیرو بۆچونی ئەوانەوە نزیکەو شتێکە کەژیانیان باشترو خۆشتر دەکات. لەخەون‌و خۆزگەکانی بکۆڵەرەوە، دەبینی کەیەکێك خەن بەهێزو پلەو پایەوە دەبینێ، یەکێکیتر بەپارەو جوانییەوە، یەکێکی تر بەخۆشی‌و حەسانەوەوە، هەمووشیان پەنا بۆتۆ دەبەن ئەگەر بتوانی قایلیان بکەی بەوەی کەتۆ بۆ بەدی هێنانی خەونەکانیان هاوکاریان دەکەیت، پاش ئەمەش ئەو مۆتەکەیە بدۆزەرەوە کە بەسەرسنگی ئەوانەوەیە کەکاریان بەتۆیە، ئەو مۆتەکەیەش بریتیە لەو ترس‌و بیمەی کەخەڵك نیگەران دەکاو مێشکیان ماندوو دەکاو ژیانیان لێ تاڵ دەکات، ئەنجا هەوڵبدە کەئەوترسانە بڕەوێنیتەوە لەژیانیاندا بەمەش خاوەنەکەی دڵخۆش دەکەی‌و ئەویش هەوڵئەدات کەتۆ دڵخۆش بکات.

ئەوکەسەی کەدەیەوێ لەململانێی ژیاندا سەرکەوتووبێ دەبێ کەخەون‌و خۆزگەکانی خەڵك لەبەر چاوبگرێ‌و هەرکارێك کە دەیکا خەونێك یا داوایەکی پێ بەدی بێنێت یا هۆکارێکی ترس‌و نیگەرانی پێ لابەرێت.

چی دەفرۆشی یا چی پێشکەش دەکەی؟

پاش ئەوەی کەزۆرترین خەڵك دەکەیتە دۆستو هاوڕێی خۆت بەو شتانەی کەپێشکەشیان دەکەی حەزوو ئارەزوویان دەبزوێنی هەوڵبدە کەهەمیشە زیاتر لەوەیان بدەیتێ کەئەوان سەوایان کردووەو بەمەش هاوڕێیەتیان دەپارێزی، ئەگەر سەیری ژیانی کەسە سەرکەوتوو ناودارەکان بکەیت لەبوارە جیاجیاکاندا دەبینی کەهەمیشە لەوەزیاتریان بەخشیوە کەلێیان چاوەڕوان کراوەو کەسێك نابینی کەلەکارەکەیدا چووبێتە پێشو سەرکەوتوش بووبێ بەدەست بڕینی خەڵك بەشمەکی خراپ.

کاتێکی (ئەندرۆ کارینگی) لەسەرەتای ژیانیدا لەیەکێك لەکۆمپانیاکانی هێڵی ئاسندا کارمەند بووە، رۆژێك یەکێك لەشەمەندەفەرەکان شکاوەو بەرێکەوت لێپرساوی تایبەت مەند لەورۆژەدا نەهاتووە کارینگی چیکردوە؟

ئەگەر چی ئەو دەسەڵاتی دەرکردنی چاکردنەوەی نەبووە ئەگەر کەسێکی ئاسایی بوایە ئەوا بەخۆی دەگوت:

(ئەمە ئیشی من نییە، بۆچی لوت لەشتێکەوە بژەنم کەپەیوەندی بەمنەوە نییەو لەوانەیە توشی لێپرسینەوەشم بکات) بەڵام کارینگی نەوای کردووەو نەواشی وتووە بەڵکو خێرا فەرمانی بۆئەندازیاری تایبەتمەند دەرکردووەو لەباتی لێپرسراوەکەشی ئیمزای کردووەو ئیشەکە جێبەجێ کراوە، کاتێ کەبەڕێوەبەری کۆمپانیاکە بەوەی زانیوە ستایشی کارینگی کردووەو کارێکی گەورەتری پێسپاردووە کەبۆتە هۆی ئەوەی دوواتر سامانێکی زۆر چنگ بکەوێ، کارینگی کەئەو کارە

پێویستی بەبڕیارێکی خێرا هەیەو نابێ کەمتەرخەمی لێ بکرێ بۆیە یاساکانی کۆمپانیای پشت گوێ خستووە، بەڵام کارێکی ئەنجامداوە کەلەبەرژەوەندی کۆمپانیاکەدابووە، رەنگە ئەمجۆرە دەرفەتانە زۆر نەرەخسێت بۆیە ئەگەر شتی لەم بابەتە هاتە پێش ئەوا لێی رامەکەو بەرپرسیارێتی لەئەستۆ بگرە.

(هاری وایت) بەڕێوەبەری یەکێك لەکۆمپانیا گەورەکان دەڵێت:

(نهێنی سەرکەوتنی خێرای من دەگەڕێتەوە بۆئەوەی کەمن کارێکی دەکرد وەك لەوەی لەسەرمە لەکۆمپانیاکەدا) ئەمە بنەمایەکی راستە لەهەموو بوارەکانی ژیاندا لەوەزیاتر بدە کەوەری دەگری بەمەش خەڵك قەرزار باری تۆ دەبن و رۆژێك لەرۆژان دەتدەنەوە، بەڵام ئەوکەسەی کەتەنها ئەوە جێبەجێ دەکات لەسەریەتی واهەست دەکات کەتەنها کۆیلەیەکە بەڵام ئەوەی لەوە زیاتردەکات هەست دەکات کەکەسێکی ئازادو بەخشندەیە.

لەناخی دەروونی هەموو مرۆڤایەتیدا خاڵێکی لاوازی هاوبەشی هەیە چونکە ئێمە هەموومان بەبێ جیاوازی- شتێکمان دەوێت بەبێ بەرامبەر بۆیە بۆئەوەی سەرکەوتوو بیت و پێش هاوەڵەکانت بکەویت ئەوا شتی زیادە ببەخشە بەخەڵك، لەبەر ئەم هۆیەشە کەهەندێ کۆگاو دوکان کاتێ هەندێ شتی بچوك لەشێوەی دیاریدا دەدەنە کڕیارەکان یان هەندێ داشکاندنیان بۆدەکەن ئەوا خەڵکێکی زۆر روویان تێدەکەن و فرۆشیان زیاد دەکات، بۆیە هەرگیز وابیرمەکەرەوە کە تەنها ئەوکارە جێبەجێ بکەیت کەلەسەرتە. چەند دەتوانیت هەوڵی زیاتربدە،بێئەوەی بیر لەپاداشتی زیاتر بکەیتەوە،کەدرەنگ یازو هەروەریشی دەگریت. تەنانەت لەژیانی هاوسەرێتیش دا ئەگەر هەریەك

لەژن و مێرد ئەوە لەبیر خۆیان دەرکەن کەهەریەکەیان چ ئەرکێکیان لەسەرەو لەوە زیاتریان ئەنجامدا لەبواری کاری ماڵ وبەخێوکردنی منداڵدا، ئەوا هەست بەخۆشیەکی زیاتر دەکەن.

یەکێك لەزانا کۆمەڵناسەکان ئاوا ڕێنمایی ژنان دەکات:

(ئاسانترین ڕێگە بۆئەوەی بەختەوەر بیت ئەوەیە کەمێرد بەختەوەر کەیت، چونکە مێردی بەختەوەر دەبێتە مێردێکی چاك و کەچێژ لەبروابەخۆبونی وەرگری، بۆیەکاتێك تۆ والەمێردەکەت دەگەیەنیت کەشادمانیت بەبوونت بەهاوسەری ئەوئەو پیاوێکە مەزنە شایستەی هەموو رێزو خۆشەویستیەکە ئەوا هانی ئەدەیت کەلەکارەکەیدا بەرەو پێش بچێ

تابۆتی بسەلمێنێ کەتۆڕاست دەکەی،بۆیەکاتێ لەئیش دێتەوە دەبینێ کەهەموو داوا کاریەکان بەشێوەیەکی شیاوجێ بەجێ کراوە، ئەوا هۆشی هەوڵدان لەژیان دا زیاتر دەبێ بۆ

کەخانمە بەسۆزەکەی بەختەوەر بکا، یاوەك فرۆید دەڵێ:(بۆئەوەی کەئەوەندە بەهێزبی کە کەس نەتوانێ هاوسەرەکەی لێ زەوت بکاو لەوچێژەبێبەشی بکات کەلەنزیك ئەودادەستی دەکەوێ).

گونجان لەگەڵ ئەوانی تردا:

جارێکیان لەنوسینگەی یەکێك لە هاوڕێکانم بووم کەبەڕێوەبەری کۆمپانیایەکی گەورەی فڕۆکەوانی یەو نوسینگەکەی بەسەر یەکێك لەفڕۆکەخانەکەدا دەیڕوانی، بۆیە دیمەنی فڕین و بەرزبونەوەی

فڕۆکەکان بەخێرایی و بەئاسانی سەرنجی ڕاکێشام بۆیەبەهاوڕێکەمم ووت:

ئایا سەیرنیە کە مرۆڤ دەست بەسەرهەوادا بگرێ بیخاتە خزمەتی خۆیەوە؟

ئەویش یەکسەروەڵامی دایەوە:

-کێ پێی ووتی دەستی بەسەرداگرتووە؟شتی وانەبووەو ناشێ بێ!منیش بەواق ووڕماوی یەوە تەماشام کرد، ئەویش لەقسەکانی دا بەردەوام:(هەوڵدانی مرۆڤ بۆدەست بەسەراگرتنی هەوا وای لەمرۆڤ کردووە کەنەتوانێ بفڕێ بەر لەسەدان ساڵ، ئەو یاسا سروشتییانەی کەئێستا فڕۆکە بەپێی ئەوانە دەفڕێ هەمان ئەویاسایانەی سەردەمی(لیۆناردۆ داڤینشی) ن وئێمە نەمان گۆڕیون،

بەڵام خۆمان لەگەڵیان دا گونجاندووە تالەگەڵی بڕۆین و هەموو فڕۆکەکان بەپێی ئەوانە درووست دەکرێن تازیاتر راستی ئەویاسایانەمان بۆدەرکەوێ لەبواری فڕین و فرۆکەوانیدا زیاتر بەرەو پێش دەچین.

منیش بەهاوڕێ کەمم ووت: ڕاست دەکەی.

هەمان شت لەگەڵ خەڵکدا ڕاستە،تۆناتوانیت لەڕێی ڕەتاندن و چەوساندنەوەو دەست بەسەراگرتنیانەوە، بەتەواوی سوود لەهەوڵ و خزمەتیان وەرگریت، بەڵکو دەبێت سەرەتا لێیان تێ بگەیت و حەزو ئارەزووەکانیان بزانیت، ئەنجا لەگەڵیان بڕۆیت و بسازێیت

هەمیشە لەخۆت بپرسە:

خەڵکی چی دەوێ وحەزیان لەچی یە،بیرلەچی دەکەنەوە؟ئەنجالەگەڵ ئەوحەزوئارەزووانی دابڕۆ،هەمیشە وارەفتارلەگەڵ خەڵکیدا بکە کەحەزدەکیت ئەوان والگەڵ تۆدابجولێنەوە،هەمیشەبنەماکانی هەڵس وکەوت بپارێزەوچەند دەتوانیت باگفتوگۆکانت ووشەکانی (سوپاست دەکەم)، (تکایە)، (گیانەکەم) ی تیابێ لەگەڵ هەر کەسێکداولەهەرپلەوپایەیەکدابن،وەك جادووکارلەدەرونیان دەکات وایان لێ دەکات کەهەست بکەن تۆ ئەوانت خۆش دەوێ وهاوکاریانیت بەشداری کردنی ئەوانی تر بەکەڵکە.

من دەوڵەمەندێکی ڕەزیلم دەناسی کەلەگەڕەکێکی هەژارنشیندا دەژیا کەپێویستی بەنەخۆشخانەیەك هەبووبۆچارەسەر،چەندیان لەگەڵ ووت تاقایلی بکەن کەبەشداری لەدروست کردنی ئەونەخۆشخانەیەدا بکات بێ هودەبوو.

ڕۆژێك بەجلوبەگێکی شێواوەوە هات بۆلام تاسەبارەت بەباشترین جێگا بۆ بنیاتنانی نەخۆشخانەیەك پرس وڕام پێ بکات.

منیش بەواق ووڕماویەوە ووتم:بەڵام تۆئەم شتەت بەلاوەباش نیە؟ ووتی:نا ڕای خۆم گۆڕیوەو دەمەوێ بەزووترین کات لەسەرحیسابی خۆم بنیاتی بنێم.

منیش لەم گۆڕانەکتوپڕەسەرم سوڕمابۆیەحەزم کردکەنهێنی یەکەبزانم وبۆم دەرکەوت کەپزیشکێکی تازەهەڵکەوتووەو هاتوەتەگەڕەکەکە و توانیویەتی کەقەناعەتی پێ بکات.

ئەمــەش وای لێ کــردم کەبـچم ســەردانی بکــەم تــابزانم چۆن ئـەم توانیویـەتی قـایلی بکـات وئـەوانی تـر نـەیانتوانیوە، کەچومەلای باسی هۆی سەردانەکەمم بۆکرد ئەویش بە زەردەخەنەیەکەوە وەڵامی دامەوە:

بـەڕێز کـارە کـە لـەو پـەڕی سـادەیی دایـە،من کـە خوێنـدکار بـووم لەناوەندی دا هەمیشە لاساریم لەگەڵ مامۆستاکاندا دەکرد، بـەڵام لەبەر ئـەوەی بـاوکم ئەنـدامی ئەنجومـەنی بـەڕێوەبردنی خوێدنگەکـە بـوو چاودێرەکە نەیدەوێرا دەرم بکات و سزا دانیشم زیاتر هانی ئەدام کە پەستیان کەم.

وارێکـەوت کەمامۆسـتایەکی تازەیـان بۆنـاردین وا دیـاربوو کـە چاودێرەکە سەبارەت بەمن ڕێنمایی کردبوو، بۆیە لەگەڵ کۆتایی هاتنی یەکەم وانەیدا، بانگی کردم تا بچم بۆ ژوورەکەی بەنەرمی یەوە داوای لێ کردم دابنیشم و ووتی:

((پێ یان ڕاگەیاندم کەخوێنکارانی پۆلەکەت ڕێز لە مامۆستا ناگرن ولاساری دەکەن،بەڵام من هەر لەیەکەم بینینەوە بۆم دەرکەوتووە کەتۆ خوێنـدکارێکی زیرەکیـت دەتوانیـت کەلـە بـەڕێوەبردن و زەبـت کردنـی پۆلەکەدا هاووکاریم بکەیت.

هەر کە قسەکانی تەواو کرد من بۆچونەکەیم پێ باش بوو و بڕیارم دا کەجێ بە جێ ی بکەم، بەم شێوەیە مامۆستاکە توانی کە ئاڕاستەی من بگۆڕێ وخۆشی لەلاساری من وهاوڕێکانم بپارێزێ، بۆیە لەو کاتەوە دەرسێکی وام وەرگرتووە کە قەت بیرم ناچێتەوە، ئەویش ئەوەیە کە هـەر کـاتێ بمەوێ کەسێك قایل بکەم بە جێ بەجێ کردنـی پرۆژەیـەك ئەوا دەیخەمە ناو پرۆژەکەوە هەر ئەمەشەم لەگەڵ ئەو کابرا ڕەزیلەدا کردووە.

باسی خۆشی ی بەڕێوەبردنی نەخۆشخانەم بۆ کردووە وام لە خەڵکی شارۆچکەکەش کردووە کە بەڕێوەبەری ئەنجومەنی کارگێڕی نەخۆشخانەکە هەڵبژێرن و داوام لێ کردووە کە بیر لەجێگەو چۆنیەتی بنیات نانی بکاتەوە، ئەویش بیرۆکەکەی بەلاوە زۆر باشبووە تا ئەوڕادەیەی کە نەخۆشخانەکەی تیادروست دەکرێت و ئەم دەبێتە بەڕێوە بەری.

سەرکردەو پێشەوا لێ هاتوو و سەرکەوتووەکان، زۆر بەکەمی ووشەی (من) لە قسەکانیاندا بەکاردێنن و لە باتی ئەوە دەیگۆڕن بە (ئێمە) ئامانجیشیان لەمە ئەوەیە کەخەڵکانی تریش بەشدارکەن لەو شتانەی کەدەیکەن و بیری لێ دەکەنەوە، بۆیە هەمیشە هەوڵ بدە کە لە خەڵك نزیك ببیتەوە و بەشێوەیەك قسەیان لەگەڵ بکەیت کە وا هەست بکەین تۆ بەوان نامۆیت، (ئەبراهام لەنکۆڵن) باش دەرکی بە گرنگی ئەم لایەنە کردبوولە حوکمڕانی وولاتدا بۆیە بەرهەڵستکار سیاسیەکانیشی لە حوکمدا بەشدار دەکرد، ئەوانەی لە توانایانی ڕادەبینی، بەمەش خۆی لەو کێشانە لائەدا کەڕەنگەبوو ئەوان لەدەرەوەی حوکمدا بۆی دروست بکەن.

لەم سۆنگەیەشەوە چەندین خێزان بەختەوەر بوون چونکە هەر ئەندامێکیان کارێکی پێ سپێردراوە بەمەش هەموویان وا هەستیان کردووە کە وەك یەك دەست بەشدارن لە بەڕێوە بردندا، بۆیە کاتێ ژن بەشداری دەکات لە دابەش کردنی موچە و چۆنیەتی خەرج کردنیدا ئەوا هەست بە ئەرکی سەر شانی مێرد دەکات، بەمەش هەوڵ نادات کە باری سەرشانی قورستر بکات، کچیش کاتێ هەست دەکات کە

ئەندامێکی کارایە لە خێزانەکەدا ئەوا هەست بە خۆشی دەکاو لە لاساریی زیادەمەسرەف ناکاتەوە.

ئەمڕۆش سەرکەوتوو ترین دەزگا سەرکەوتووەکان هەوڵ ئەدەن کە کرێکارو فەرمانبەرەکانیان بەشدار بکەن لە قازانجەکانیاندا، چونکە کاتێ کرێکار هەست دەکات کە لە قازانجدا شەریکە، ئەوا دڵسۆز ترو بەگوڕ تر کاردەکات.

بەشی بیست و نۆیەم

کــــــەشبینی و هێز

لەشەوێکی ساردا کە پلەی گەرما گەیشتبووە بیست و یەك پلە لەژێر سفردا لەشاری شیکاگۆ، خانمێك کە لەتەمەنی بیست وسێ ساڵیدا بوو هەڵخزابوو و کەوتبو بورابویەوە و ئەو شەوە هەر لەو جێیەدا مابویەوە،بەیانی کاتێ کەبردبویان بۆنەخۆشخانە پلەی گەرمی لەشیان پێوابوو سەیریان کرد (١٨) پلەی سەدیدایە واتە (١٩)پلە کەمە لەپلەی گەرمی ئاسایی لەشی مرۆڤ، بەڵام هێشتا زیندو بوو کاتێ کە چارەسەریش کراو هاتەوە هۆشی خۆی وپزیشکەکان ناچار بوون کەقاچ و پەنجەکانی ببڕنەوە هەر نەمردو ژیا.

ئەو کاتەش کە خەڵك بە ئەسپ هاتوو چۆی دەکرد، خانمێك کە بەسەر ئەسپەکەیەوە گەشتی دەکرد لە ئینگلتەرا، توشی زریانێکی بەفر بوو بوو بۆیە دابەزیووتا خۆی بە لەشی ئەسپەکەی بپارێزێ، بەڵام ئەسپەکە هەڵی تیزاندبوو، ئەویش بۆ ماوەی هەشت ڕۆژ لەو ناوەدا مابوویەوە، بەلام دواتر گوڕو تینی هاتبووەوە بەر چارەسەر کرابوو.

چەندین جار ڕوویدا کە چەندین کەس پلەی گەرمی لەشیان بەشێوەیەك بەرز بۆتەوە کە دەبێتە هۆی مردن بەلام ئەوان ماون، کاتێ پزیشکێك لەنەخۆشخانەی (دبلن) پلەی گەرمی یەکێك لەنەخۆشەکانی پێواوە سەیری کردووە

(٥٣) پلەی سەدی یەاکەچی نەشم دوووە دواتریش چاك بۆتەوە!
زاناکانی پەیمانگەی خۆراکیش تاقی کردنەوەیەکیان لەسەر زەلامێك
کـردووە کـەماوەی (٣١) ڕۆژ هیـچی نـەخواردبوو تـەنها ئـاوی
دلۆپاونەبێ،بەلاّم هێشتا دەیتوانی کەپەنجا قادرمە سەرکەوێ بەبێ
یارمەتی کەس.
لەساڵی ١٩٥٠ ش زانایەکی ئەڵمانی خۆی لەحەوزێکی شوشەی
باخـچەی گیانـدارانی(فرانـك فـۆرت)دابۆمـاوەی ٥٨ ڕۆژ حـەپس
کردوەوتەنها ئاوی سۆدەو جگەرەی خواردووە،ئەگەر چی کێشی (٣٠)
کیلۆ کەمی کردووە بەلاّم نەمردووە.
یەکێك لەپێشەواکانی بزوتنەوەی سەربەخۆییش لە ئیرلەندا ٧٣ڕۆژ
مانی لەخواردن گرت تابەربدرێ و نەشمرد
سەیر لەوەدایە کەلەشی مرۆڤ تەنها بەرگەی برسێتی و تینوێتی
وگەرماو سەرما ناگرێت بەڵکو زۆرجار بەسەر هەندێ نەخۆشیشدا زاڵ
دەبێ کە چارەسەری نییە،جارێکیان لە(نیو یۆرك)خانمێکیان هێنا
نەخۆشخانە کەتووشی سـەرەتان بووبوو پزیـشکەکان بڕیاریان داکە
حاڵەتەکـەی مەترسـیدارە و نـاکرێ کەبەنەشـتەرگەری بنـبڕ کـرێ
سەیرلەوەدایە ئەوخانمە
هـەرماوە و کـاتێ بۆنەشـتەرگەریەکی تـر هاتۆتـەوە بۆهـەمان
ئەونەخۆشخانە پزیشکەکان سەریان سوڕماوە کاتێ سەیریان کردووە
سەرەتانەکە چاك بوەتەوە بەبێ چارەسەر.
لاوێکـی ئینگلیـز بێئومێـد دەبێـت لەچارەسـەرکردنی
نەخۆشیەدەرونیەکەی، دەمانچەیەك دەنێ بەسەری خۆیەوە لەئەنجامدا
گوللەکان نایکوژێ

بەڵام نەخۆشیەکەی چاك دەکاتەوە.

دڵیش یەکێکە لەئەندامە گرنگ و بەتەحەمولە کانی لەش و چەندین سەرباز هەن کەلە شەڕدا پێکراون و فیشەك لەدڵ یان دا ماوەتەوە و نەشتەر گەرەکان بۆیان دەرنەهاتووە لەگەڵ ئەمەش دا ژیانێکی ئاسایی بەسەر ئەبەن.کاتیٚ کە کەشتی بەریتانی (ئەنگلۆ ساکسۆن) لەشەڕی جیهانی دووەم دا نوقم بوو، حەوت لەدەریاوانەکانی پەنجا ڕۆژ لەدەریادا مانەوە ئاش ئەوەی کە ئازوخەیان پێنەماو ئاوی سازگاریشیان لیٚ بڕا دوای شەش ڕۆژی تر، پێنجیان مردن و دوانیان مانەوە کەدوای هەفتەیەك ڕزگار کران و چارەسەری پێویستیان بۆکرا، پاش ماوەیەك گەڕانەوە سەرکارەکەیان.

لەئەنجامی تەقینەوەی لوغمێکیشدا پارچەیەك بەر ڕومەتی کرێکارێك کەوت لەخوار چاویەوە چوبوە ناو ئێسکی یەوە، کەبردیان بۆنەخۆشخانە بەپێی خۆی دابەزی و بەقادرمەکان دا سەرکەوت و چووە ژوریٚ، پزیشك بەبیٚ یارمەتی کەس هەتا سەعات دەی ئەوشەوە بەتەواوی ئاگای لەخۆی بوو پاشان ماوەیەك بورایەوە بەڵام دیسانەوە تینی هاتەبەر بەبیٚ ئەوەی هیچ نەشتەر گەری یەکی بۆبکریٚ و تەندروستیشی بەتەواوی چاکبوو.

پیاوێکیش لەقاتی پانزەی تەلارێکی هەوربڕەوە کەوتەخوارەوە کەوتە سەر درەختێکی بچووك، درەختەکەی شکاند کەچی خۆی هیچی لیٚ نەهات تەنها ئەوەندە نە بیٚ کەقاچێکی شکاو کەمیٚ بریندار بوو.

لەشی مرۆڤ ئامێرێکی سەیرەو بەتەحەمولترین ئامێرە لەسەر ڕووی زەویدا، هەمیشە هەوڵ بدە کە گەشبین بیت و نەهێڵیت کەترس و نیگەرانی بەسەرتا زاڵ بن چونکە ئەم دوشتە ئەو ووزە شاراوەیە کەخودا پێی بەخشیویت بۆپاراستنی لەشت، لەکاردەخەن.

بەشی سێیەم

زیاد بونی موچە

کارەکەت چاك بکە یان واز بهێنە:

رەنگە زۆرجار بپرسیت کەبۆچی موچەی فڵان زیادی کردووە بەڵام موچەکەی تۆ هەر وەك خۆیەتی؟

لەڕاستیشدا لە٩٩٪ی فەرمانبەر موچەکەی زیادناکات ئەگەر شایانی ئەوە نەبێ، نەوەك بەهۆی واستەو مە حسوبیەتەوە. چونکە تا کێبڕکێ لەنێوان کۆمپانیاکالندا

توند تر بێ ئەوا بەڕێوەبەرەکانی کار بەم ڕێسا کۆنە دەکەن: (یاکارەکەت چاکە یاواز بهێنە).

وەلێرەدا هەشت ئامۆژگاری دەخەینەڕو بۆ ئەوەی لەکارەکەتدا بچیتە پێش و پایەی خۆت قایم بکەیت تیایدا:

لەڕاستیدا هۆی نەچونە پێش لەکارداو زیاد نەبوونی مووچە زۆربەی دەگەڕێتەوە بۆ کەم و کوڕی یەك لەکەسێتی کرێکارو کەسێتی فەرمانبەر.

تێ بینی ئەوەش کراوە کەتەنانەت لەوکارانەش دا کەپێویستی بەلێزانیەکی هونەری هەیەوەك ئەندازیاری، ئەوا ئەو ئەندازیارانەش کەلە باڵا ترین پلە دان، لێزانی هونەری لای ئەوانیش لەپلەی پێنجەمدایە لەپلە تایبتمەندیەکانی کرێکاری زۆر چاکدا کەبریتین:

بەجۆشی بۆکار، بڕوا بەخۆبون بەبێ لوت بەرزی،بەڕاستی حوکومدان بەسەر شتەکاندا، قسە زانی و ووردی لەمەوعیددا، لەگەڵ بەبەفیرۆنەدانی کاتی کار، خۆی واپێویستە کە فەرمانبەر کرێیەکی تەواوی بدرێتێ لەبەرامبەر ئیش کردنی

ڕۆژێکی تەواودا بەڵام تەلە فۆنە تایبەت و نامە نوسینی تایبەت و شتی تایبەتی لەوبابەتە دەبنە هۆی ئەوەی کە خاوەن کارەکان لەکرێکارەکان دڕدۆنگ ببن.بۆیە دەبێت بەدوای کارێکی تردا بگەڕێین بەڵام چۆن کارێکی وامان دەست دەکەوێت؟

خاوەن کاران دەڵێن کە نۆلەدەی فەرمانبەران تەنها ئەو کارانە ئەنجام ئەدەن کە لەسەریانەوە ڕقیان لەو کارانەی ترە کەسەرباری ئەوە پێیان دەسپێردرێ، کەواتەباتۆ ئەو یەکە بیت لەودەیە کەداوای کاری تر بکەیت چونکە ئەمە دەرفەتێکی باشت بۆ دەڕخسێنی تاموچەکەت زیاد بکەیت، هەوڵبدە کەدەردە کاریەکانی کاری سەرەکارەکەت بزانیت تابتوانیت لەبەجێگە یاندنی هەندێك لەکارەکانیدا هاوکاری بکەیت، چونکە سەرکارەکەشت دیسان حەزی بەوەیە کە پلەی بەرز بێتەوە موچەکەی زیادبکات و ڕەنگە بەدیهاتنی ئەم ئامانجەش بەند بێت بەتوانای تۆوە کاتێ دڵنیایەولەوەی کە ئەرکەکانی جێ بەجێ دەکرێت ئەوا خۆی دەچێت بەلای کارەکانی تریەوە.

من کچێك دەناسم کەتوانیویەتی لەماوەی سالێکدا ٧/ موچەکەی زیادبکات چونکە ئەم بەپێچەوانەی هاوەڵەکانیەوە لەسەر کارەکەی نەپرسیوە کەچی بکاو چی نەکات،

بەڵکو بۆخۆی هەستاوە بەلێکۆڵینەوەی ڕاپۆرتەکانی دەزگاکەو ناوی کریارەکانی زاراوە هونەری یە بەکارهاتووە کانی ناوی بەم شێوەیەش پێش هاوەڵەکانی کەوتووە کەماوەیەکی زۆریان لەکاردا بەسەربردووە.

بۆیە هەوڵ بدە کەکارەکانت شی بکەیتەوەو لەبەشەکانی بکۆڵیتەوە تابزانیت کامە یان زەحمەت ترەو پێویستی بە ووردیی یەکی زیاترو خێرایی یەکی زیاتر هەیە ئەولایەنانە دەست نیشان بکە لە خۆتدا کەبەباشی نایان زانی و هەوڵ بدە کەخۆتیان تێدا بەهێز بکەیت، نەکەی بڵێی (خۆ ئێمە ئەوەندە کاردەکەین کەبەقەدەر کریٚ و موچەکەمانە) چونکە خاوەن کار کریٚ و موچەکەت زیاد ناکات ئەگەر نەی ببینیٚ کەتۆ زیاتر لەوەی دە دەگەیتیٚ کەلەوەی وەردەگریت.

قسەزانی:

لەڕاستیدا نەتوانینی دەربڕینی ئەو شتانەی لەمێشکتا بەشێوەیەکی چاك و ڕوان دەبێتە بەربەستێك لەبەردەم چونە پێشت لەکارەکەتا بۆیە هەوڵ بدەکەخۆت لەسەر قسەکردنی سروشتی و بیٚ گریٚ ڕابێنی لەگەڵ بەر پرسەکانتا،هەروەها مەشق لەسەر نووسینی راپۆرت و نوسراوی وابکە کەبە شێوەیەکی جوان ووشەکانیت و رستەکانیت دارشتبیٚ، بۆ ئـەم مەبەسـتەش دەبـیٚ گۆڤـارە ئـەدەبی و رۆشـنبیری یـەکان زۆربخوێنیتەوە.

هـەروەها لێکۆڵینـەوە سـەبارەت بـەو نامـەو ڕاپۆرتانـەش بکـە کـە لەکارەکەتا توشیان دەبیت،بالەکاتی تەلەفۆن کردن دا قسەکانت نەرم و نیان و خۆش بن، چەنکە بۆئەوەی کەئیشی کارگێڕیت دەست کەویٚ

دەبێ بزانیت کەچۆن قەناعەت بەکەسانی ترئەکەیت بەبێ ئەوەی زۆریان لێبکەیت و بەسەریان دا بسەپێنیت.

زۆربەی ئەوکارمەندانەی کەکاری گرنگیان هەیە، بەشێوەیەکی بەردەوام بیرو ڕاو پێشنیازەکانیان پێشکەشدەکەن بۆباشکردنی کارو زیاد کردنی قازانج، لەم بوارەدا چەندین کتێبی بەسود هەیە سەبارەت بەبیرکردنەوەی بەرهەم هێن و دەبێ بیان خوێنیتەوەو کەڵکیان لێ وەر بگریت، هەروەها بەشێوەیەکی بەردەوام بیرلەو ڕێگانە بکەرەوە کەدە بنەهۆی زوبەئەنجام گەیامدنی کارەکان بەخەرجی یەکی کەمتر.

پێویستی خۆگونجاندن:

ڕەنگە نەچونە پێش لەکاردا هەندێ جار بگەڕێتەوە بۆ هەندێ هۆی پڕوپوچ، بەلاّم دەبنە هۆی ورو ژاندنی خاوەن کار، بۆ نمونە ڕەنگە سەرتاشین بەشێوەیەکی سەیر ببێتە هۆی ئەوەی کەخاوەن کارەکە ڕقی لەکارمەندەکە ببێتەوە، بۆیە دەبێت هەوڵ بدەیت کە ئەو شتانە بزانیت کەسەرۆکەکەت حەزی پێیەتی و ئەوشتانەش کە ڕقی لێی ئەبێتەوە و خۆتیان لەگەڵدا بگونجێنیت، چونکە ئەو سەرۆکەی کەحەزی بە تێکەلاّوی خەڵکە زۆرجیاوازە لەوەی کە حەزی بەگۆشەگیری یە،ئەوکەسەشی کەبەهەوڵی خۆی پێ گەیشتبێ جیاوازە لەوەی کە بەمیراتی دەزگایەکی بۆ بەجێ مابێ، بۆیە بۆئەوەی کەموچەی خۆت لەکەمترین ماوەدا زیاد بکەیت دەبێت کەخۆت لەگەڵ ئەوکەسەدا بگونجێنی کەلەدەورو بەرتایە، بەشێوەیەك کەداوا لەخاوەن کاربکەیت ئەوەندە دەڵێت ڕازی بێت دەڵێ: (ئا، من زەلامی ئاوام دەوێ!)

تۆ لە (گۆڕەپانی پێشبڕکێ) یەکدا کاردەکەیت کەهەندێك تیایا پێش دەکەون هەندێکی تر دوادەکەون، بۆیە لەو هۆیانە بکۆڵەرەوە کەدەبنە هۆی زیادبونی موچەی هاوەڵە سەرکەوتووە کانت، لەکاتێکدا کەسانێکی تر هەنکەسالانێکی زۆرە هیچ نەچونەتە پێش، بۆیە هەوڵ بدە کەچاو پێشکەوتووە کان بکەیت و خۆت لەهەلەی دواکەوتوە کان بەدوور بگریت، چونکە خاوەن کارەکان ناوە ناوە چاودێری کارەکانیان دەکەن تا بزانن کێ چاکترکاردەکات ن ئەگەر لەدەزگایەکیشدا کارت کرد کەدەبێ کەخۆت داوا پێش کەش بکەیت بۆ زیاد کردنی موچەکەت، ئەوا بەوردی هەموو ئەو شتانەی بۆ باس بکە کەدەیکەیت و بەشێوەیەکی سادەو هێمنانە، بەمەش جیاوازی خۆتی لەبواری کاردا بۆ دەردەخەیت ئەویش کاتێ بەراوردت دەکا لەگەڵ هاوەڵەکانت ئەوا بێ گومان ئەو ڕاستیەی بۆ دەر کەوێ و مافی خۆتت دەداتێ.

بەشی سی ویەکەم

لە سەرکەوتن نا ئومێد مەبە

ئایا پێت وایە کەهەژاری و نزمی پلەی کۆمەلایەتی باوک دەبێتە ڕێگر لەبەردەم سەرکەوتنی منالەکانی دا؟

ئایا واهەست ئەکەیت کەتۆ بەدبەختیت و بارودۆخ لەدژی تۆیە و نایەڵێ لەکارەکانتا بەرەو پێش بچیت؟

ئەگەر وا بیر بکەیتەوە ئەوا هەڵەیەکی گەورە دەکەیت کەڕێگە بەم وەهمانە بدەیت کەبێنە ناختەوە و ڕکێفی ژیانت بکەن، هەزاران کەسی مەزن و سەرکەوتو هەن کەبەبارودۆخی زۆر لەوە سەختترو خراپتردا تێ پەڕیون، بەلام نائومێد نەبوون بەڵکو بەبڕواوە لەهەوڵی خۆیان دا بەر دەوام بوون تا گەیشتوونەتە ئامانجی خۆیان و سەر کەوتنیان بەدەست هێناوە.

(شکسپیر) ی گەورەنوسەری ئینگلیز، باوکی قەساب بووەو دایکیشی نە خوێندەوار بووەو بەزەحمەت توانیوەیەتی شتێ بنوسێ یا بخوێنێتەوە.

(شۆپەرت) ی مۆسیقا دانەری مەزنیش کوڕی مامۆستایەکی هەژارو دایکێکی چێشت لێنەری ماڵە گەورەکان بووە.

(میشێل فارادای) زانای تیۆر دانەری بواری کارەباش باوکی ئاسنگەر بووە.

(بنیامین ویێست) یش کەبەیەکێك لەگەورە وێنەکێشەکانی جیهان دادەنرێت، لەژینگەیەکی هەژاردا پەروردەبووە لەتەمەنی هەشت ساڵیدا ئەوەندە توکی لە پشیلە کردوەتەوە کەبەشی دروست کردنی فڵچەیەکی وێنە کێشان بکات.

(ئەر کریت) ی ملیۆنەری ئەمرکیش بەهۆی ئەوە وە پیشەسازی هەلاجی کردنی لۆکە پەرەی سەندووە، لەپێشدا دەلاکی کردووە بەپارەیەکی کەم سەرو ڕیشی هەژارانی چاك کردووە.

(بن جۆنسۆن) ی نوسەری ناوداری ئینگلیزیش لەسەرەتای ژیانیدا بەنا بووە بەکرێیەکی کەم.

(نیوتن) ی بلیمەت ی خاوەن یاسای کێش کردنی زەویش کوڕی جوتیارێکی هەژاربووە (جۆرج ستیڤنسۆن) یش کەداهێنەری یەکەم شەمەندەفەر بووە ئاسنگەر بووە.

(ئەندرۆ جۆنسۆن) ی سەرۆکی ئەمریکاش باوکی خەیات بووە.

کەواتە بۆچی لەسەرکەوتن لەکارەکەتدا نا ئومێد دەبی ئەگەر هۆیەکەشی هەرچیەك بێ.

ئایا لەبەر ئەوەی کە هەژاریت؟ (بیرنارد لویس) شانزە ساڵ تێکۆشاو لێکۆڵینەوەی کرد ئەگەر چی زۆر دەست کورت و نەداریش بوو، سەر ئەنجام توانی کە جۆرێك لەپلاستیکی کیمیایی دروست بکات کەدەورێکی گەورەی هەبوو لەپیشەسازی نوێدا.

یالەبەر ئەوە کە تۆ تەمەنی خوێندن و فێربوونت تێ پەڕاندووە؟ کریکارێکی ئینگلیزی بۆماوەی سیانزە ساڵ لەکارگەیەکی ڕستندا کاری دەکرد و لەنزیك دەزگاکەیەوە کتێبی دادەناو بەدەم ئیشەوە سەیری لا پەڕەکانی دەکردو دەیخوێندەوە، دوای تەواو بوونی کاریش

دەچووە خوێندنگەیەکی ئێواران، کەدەش گەڕایەوە ماڵەوە کەمێك پشووی ئەدا، دەستی دەکردەوە بەخوێندنەوە تا دایکی چراکەی بەردەمی لائەبرد ئەویش ناچار دەبوو کەبچێتە سەر جێگەکەی، بەڵام دووساڵی نەخایاند دووبڕوانامەی وەرگرت یەکیکیان لەجیۆلۆجیادا ئەوی تریان لەزانستی پزیشکی دا.

دەزانیت ئەو کرێکارە کێ بیوو؟

ئەوە (دایڤد لیفنگستۆن) ی زاناو پزیشك بوو ئەو گەڕیدەیەی کەسەرچاوەی ڕووباری نیلی دۆزی یەوە !.

بەشی سی و دووەم

چۆن خۆمان کامەران دەکەین

مادەم باسی کامەرانی و سەر کەوتن دەکەین باج لەو بارەیەوە قسەیەك بخەینە ڕوو کە هی دکتۆر (جۆن شاندلەر) ەو دەڵێ: مرۆڤ دەتوانێ کەبەسەر تەنگژە دەرونییەکان و پشێویە سۆزدارییەکان دا زاڵ ببێت ئەگەر پلانێکی دیاری کراو و دروست بۆ خۆی دابنێ بۆچارەسەر کردنی ئەولایەنانەی کەئازارێکی زۆری بۆدروست دەکەن، بۆئەم مەبەستەش باسەرنجێك لەو بنەمایانە بدەین کەمرۆڤ لەئازار دووردەخەنەوە کەبریتین لە:

١. ساکاری لەژیان دا:

هەوڵ بدە کە لەگەڵ ئەو شتەساکارانە دا ڕەفتار بکەی کەلەدەوروبەرتن بۆچیژ وەر گرتن شتی نائاسایی داوامەکە، چونکە ژیان خۆی جوانە ئەگەر فێری ئەوە ببیت کەچۆن چیژ لەجوانییەکانی وەربگریت ئەرکی ئێمەی مرۆڤیش ئەوەیە کە بەتەواوی چیژ لەهەموو ئەوشتانە وەر بگرین کە خودا پێی بەخشیوین و بەمەش هەست بەکامەرانی دەکەین.

٢. چاوەڕێی کێشە مەکە:

هەندێ کەس هەن کەچاوەڕێ یا پێش بینی کێشەو گرفت دەکەن بەر لە ڕوودانیان چونك لایان وایە کە هەڵەیەکیان کردووە بۆیە کەدەبینی کەلەخەو هەڵدەسن ولەخۆیان دەپرسن:

(تۆ بڵێی کویم تووشی نەخۆشی بووبی؟) و دەست لەخۆی ئەدا ئەگەر هەر کەسێك ئەمە بکات ئەوا هەست بەجۆرێك ماندوێتی و ئازاردەکات. لەئەنجامی ئەمەش دا تووشی چەندین گریَ و پشێوی دەروونی دەبێت جوانترین لایەنەکانی ژیانیش ئەوەیە کەمرۆڤ خەڵکی خۆش بویَ و لەگەڵ پرۆژە مرۆڤایەتی یەکاندا تیَ هەڵ کێش ببیَ و هاوکاری کەسانی تر بکات لەو کارانەدا کە بە بەرهەمن و بەکەڵکن بۆ کۆمەڵگاو پێشکەوتنی مرۆڤایەتی. چونکە ڕەنگە ئازارێك لەشوێنێکی لەشیدا بیدۆزێتەوە، کاتیَ بیری خۆشی لەوێدا چڕ ئەکاتەوە، ئەوا هەست کردنی بە نەخۆشی زیاتر دەبیَ کاتێکیش پزیشك دەی پشکنیَ دەبینیَ هیچی نییە، بۆیە هەرگیز بیر لە نەخۆشی مەکەرەوە لەکێشەو گرفت مەترسە.

٣. کارەکەتت خۆش بویَ:

هەموو مرۆڤێك هەوڵ بۆ بەشی خۆی ئەداو کاریشی بۆدەکات، بۆیە دەبیَ کارەکەی خۆی خۆش بویَ و خۆی لەو کێشانە بەدوور بگریَ کە لەئەنجامی حەزنەکردن بەکارەکەی دێنە کایەوە، چونکە ئەوکەسەی ڕقی لەکارەکەی خۆی ببێتەوە لەکاتی ئەنجامدانیدا بەردەوام پەست و بێزار دەبیَ و ئاخ هەڵ دەکێشیَ بەدەست ئەوکارە پیسەی کەحەزی بەکردنی نی یە، بەڵام بەتاقیکردنەوە دەرکەوتووە ئەو کەسەی کەکاری یەکەمی خۆی خۆش نەوێت ئەوا لەکاری دووەم و سیَ یەمیشش دا هەروادەبیَ بەواتایەکی تر کەحەزی بەکار کردن نی یە و لەئەمسەرو ئەو سەری دا خۆی توشی چەندین کێشە دەکاو بیَ پارەو بیَ کار دەبیَ.

بۆیە ئەگەر مرۆڤ کارەکەی خۆی خۆش بوێ چێژ لەئەنجام دان و بەرهەم هێنانی وەر بگرێ، ئەوا لەناخەوە هەست بەخۆشی دەکا بەمەش سود بەخۆی و کۆمەڵگەکەشی دەگەیەنێ.

٤. با ئارەزوویەکت هەبێ

ئەوەی کەچێژی مرۆڤ زیاتر دەکات ئەوەیە کە هاوشان لەگەڵ کارە کەیـــدا ئارەزوویـــەکی چـاکی هـــەبێ، چـــونکە ئەزموونـــە نوێکــان کاریگەرییـەکی دەروونیـی بـاش دروسـت دەکـەن، ئـارەزووە کـانیش ئەزموونی نوێ و هەوڵێ بەرهەم هێنن دەخولقێنن؟، کەهەردووکیان چێژ بەخشن بۆمرۆڤ، چونکە ئەوەی کەهیچ ئارەزوویەکی نەبێ ئەوا کاتێکی بێزارکەری درێژ دەگوزەرێنێ، کەتیایدا نا چاردەبێ بیر لە کیشەکانی بکاتـەوە، بۆیـە باشـتر وایـە کـەمرۆڤ ئارەزوویـەکی بەسـوودی هـەبێ و ئارەزووەکانیش لەجۆرو ژمارەدا زۆرن کەدەتوانین لێیان هەڵ بژێرین - حۆمانی پێوەسەر قاڵ بکەین.

٥. قەناعەتت هەبێ:

خەڵکانێکیش هەن کەبەهیچ شتێکی دەورو بەریان ڕازینین و ڕقیان لەهەمـوو شـتێك دەبێتـەوەو دەڵێـی لـەدۆزەخ دادەژیـن، کارەسـاتەکە ش لەوە دایە کەئەو پەستی و بێزاریە بێ هوودەیە و بێ پاساوە.

گومانیش لەوە دانیە کە قایل بوون ئاسانترە لەپەسـتی و باشتریشە بـۆ تەندروسـتی و خۆشتریـشە بـۆ گیـان و دەروون، هـەروەها گـەڕان بەدوای ئەو ڕە گەزانەدا کەڕازیکەرە ئاسانترە لەدەست کەوتنی ئەوانەی کەمرۆڤ پەست دەکەن، بۆیـە باشترە کەمرۆڤ قەناعـەت بـەو شتانە بکات کـە دەتوانێـت بەدەسـتیان بـێنێ واز لـەو شـتانە بێنـی کەبەدەست

خستنیان ئەستەمە بەلام بەو مانایەن کەمرۆڤ واز لە خۆزگەو مەبەستەکانی بێنێ و بەرەو پێش نەچێ.

٦. خەڵك و کۆمەڵگات خۆش بوێ:

مرۆڤ لەناو خەڵکدا دەژی و لەهەر هەنگاوێکی دا پەیوەندی یان پێوەدەکات، کەواتە بۆچی ڕقی لەوانەی دەوری دەبێتەوە؟ گومان لەوەدانی یە کەئەم لەخۆپەرستی و گۆشەگیری یەوە سەرچاوە دەگرێ و ئەوەی کەبەم شێوەیە بێ ئەوا هاوڕێیەتی کەسی ناوێ و لەخەڵك دوور دەکەوێتەوە، ئەگەر سەرئەنجام تەنهاو گۆشە گیریش مایەوە ئەوا بەزەیی بەخۆی دا دێتەوەو پێی وایە کە بەدبەخت و چەوساوەیە......

٧. ڕۆخۆش بە:

چەند خۆشە کەمرۆڤ لەخەو هەڵسێ و بەچەند ووشەیەکی ناسك سڵاوی بەیانی لەژنەکەی بکا چەند خۆشە کە ژنیش هەرکە چاوی کردەوە بەشێوەیەکی جوانتر وەڵامی مێردەکەی بداتەوە.

شتێکی جوانە کەمرۆڤ ناسك و قسە خۆش بێ لەکەڵ ئەنداوانی خێزانەکەیی وە خەڵکانی دەوروبەری، چەندە ناقۆڵاشە مرۆڤ هەرکەس لەسەر مێزی نان خواردن دانیشت دەست بکات بەبۆلە بۆڵ و باس لەکێشەو گرفتەکانی خۆی بکات، ڕوخۆشی و گیانی سۆعبەت لەگفتو گۆدا کە شتێکی جوان دەخوڵقێنێ و هەر مرۆڤیش دەتوانێ کەگیانی سوعبەت کردن لەخۆی دا پەرە پێ بدات، دەکرێ کەچەندین ناکۆکی و گرژی لەم ڕێیەوە چارەسەر بکرێ.

٨. لەتەنگژەکاندا مەبەزە:

زۆرێك لەخـەڵك هـەرەس دێنن ئەگـەر توشـی نەگبـەتی یـەك بوون بیر کردنەوەیان لەدەست ئەدەن و مێشکیان جام دەبێ و بەواق وڕماوییـە وە دەوەسـتن و نـازنن چـی بکـەن، لەیـەك چـرکەدا نەگبـەتی و دەسـە پارچەیی و و بێ ئومێدی بەسەریاندا دائەباری، هۆی ئەمەش بریتی یە لەخۆپەرستی یەکی ناتەواو، بۆنمونە مردنی مرۆ ڤێك لای ئەمان بریتـی یـە لەلـە دەسـت دانـی سـودو بەرژەوەنـدی یـەکانی خۆیـان لەئـەنجامی نەمانی ئەوکەسەدا.

لەکاتێکدا واپێویـستە کـەمرۆڤ پێـی خـۆی لـەو جێیـە دابنـێ کـەلێی وەسـتاوە بـەقایل بونـەوە ئـەوە قبـوڵ بکـا کـەناتوانێ بـی گـۆڕێ و بـیر لەوڕێگـە باشـانە بکاتـەوە کـەدەتوانێ بەهۆیانـەوە ژیـان بەشـێوەیەکی باشتر درێژە پێ بدات چونکە ئێمە دەبێ بیرلە ئایندە بکەینەوە.

٩. دەست کردن بە چارەسەری گرفتەکان:

مرۆڤ توشی چەندین کێشەی جۆراو جۆر دەبێ لەژیان دا ن ئەرکی سەر شانیەتی کەئەم کێشانە چارەسەر بکات بەبڕیارێکی خێرا ئەگەر چی لەئەنجامی پەلە پەلیش دا هەندێ هەڵ بکات ئەوا توشی پشێوی دەبێ لەبیر کردنەوە دا. بۆیە خێرا دەست کردن بە چارەسەری گرفتەکان باشترە بۆمرۆڤ دەبێ مرۆڤ بەشێوەیەکی خێرا و درووست بیرلەکێشەکان بکاتەوە چارەسەری بۆدابنێ، ئیتلر چیبتر بیری لێ نەکاتەوە.

بەڵام ئەوکێشەئاڵۆزەی کەملارۆڤ ناتوانێت چارەسەریان بکات باشتروایە لەبیریان بکەین.

١٠. تۆساتی ئێستات هەیە:

ئەوساتەی کەئێستا تیایدا دەژین ئەو ساتەیە کەژیانی تیادا مسۆگەر دەکەین، واچاکە کە بیکەینە ساتێکی خۆش. هەندێ کەس لەسەر بنەمای ڕوانین بەرەو شتێك لەئاینده دا دەژین و لەوناوەدا نرخی ئەو ساتەی کەتیایدا دەژین لەدەست دەدەن ئەو مرۆڤەی کەبەچاوی خەیاڵ سەیری ڕۆژانی داهاتووی دەکات ئەوئێستایە لەبیردەکات کەتیایدا دەژی

لەسەر مرۆڤ پێویستە کەبیرلەئاینده بکاتەوە پلانی بۆ دابڕێژێت بەڵام نابێ بەردەوام خۆی لەگێژاوی بیرکردنەوەی خەیاڵی دا نوقم بکات و لەو کێشانە نیگەران بێت کەڕەنگە لەئاینده دا ڕووبدەن.

بەشی سی و سێیەم

چۆن لەژیاندا سەردەکەوین

غەریزەیەك هەیە کەدەبێتە هۆی شکست:

خانمە نوسەری سەرکەوتوو (دۆرۆسی براند) دەڵێت: چەند بنەمایەکی کرداریی هەیە بۆ سەر کەوتن لەژیاندا ئەگەر لەسەریان برۆین ئەوا دەگەینە کەناری سەرکەوتن و بەم شێوەیە دەست پێدەکات:

باوای دابنێین کە کوڕێکی گەنج مەوعیدێکی گرنگی هەیە کەدواڕۆژی ئەوی پێوە بەستراوە بەڵام ئەو کوڕە لەباتی ئەوەی بچێت بۆ ئەوێ دەچێتە جێگایەکی تر بەمەش ئەم دەرفەتە زێڕینەی لەکیس چوو کەزۆر پێویستیشی پێی هەبوو، کەواتە ئەم ڕەفتارەی بەچی ناو ببەین؟

بێ گومان ئێمە هەموومان ئەم ڕەفتارەی بەگێلێتی و شێتی دائەنێین بەڵام زۆر کەسی تر هەر وەك ئەو دەکەن کاتێك هەلیان بۆدەڕەخسێ تابەرەو پێش بچن و بەئامانجی خۆیان بگەن، لەڕێگەی ڕاست لا ئەدەن و ڕێگەی خوارو خێچی تر دەگرنە بەر بەمەش شکست دێنن، بەڵام بۆچی هەندێك خەڵك بۆئەوە هەوڵ ئەدەن کەشکست بێنن، لەکاتێکدا سەر کەوتنیان ئەوەندە ئەرك و ماندوێتی ناوێت؟

وەڵامی ئەمەش ئەوەیە کەلەو غەریزانەی پاڵ بەمرۆڤەوە دەنێن غەریزەیەکە بەرەو شکستمان دەبات، کاتێك دەمانەوێت دەهەنگاو

بچینە پێشەوە هەست بەهێزێکی شاراوە دەکەین کە بیست هەنگاو بەرەو دواوە دەمان باتەوە.

ڕەنگە قسەکردن لەبارەی ئەم غەریزەیەوە شتێکی تازەبێ لەلای زۆربەمان، چونکە زانایانی بواری دەروونی زۆر بەکەمی باس لەمە دەکەن، لەکاتێکدا ئەم غەریزەیە یەکێکە لەترسناکترین غەریزەکانی مرۆڤ کە گەورەترین کاریگەریی لەسەر ژیانی هەیە، بۆیە هەرمرۆڤێک ئەگەر لەکاتی خۆی دا هەستی پێ بکات ئەوا لێشاوەکە ڕای نامالێت و دەتوانێ کەبەرەنگاری ببێتەوە ئەو ووزەیەی کەلەو شتانەدا بەکاری دێنێ کەزیانی پێ دەگەیەنن لەمەبەستی تردا بەکار دەبا کەسوودی پێ دەگەیەنێ.

چێژ وەرگرتن لەکامەرانی:

مرۆڤ لە گەنجێتیدا زۆر بەکەمی درک بەنیشانەکانی ئەم غەریزەیە دەکات و پێی وایە بۆیە حەزی لەکار نیە چونکە لەگەڵ حەزو ئارەزووە کانیدا ناگونجێ، یالەناچاریدا ئەو کارە دەکات بۆئەوەی بژی، بێ ئەوەی هەست بە هۆی ڕاستەقینەی ئەمە بکات کەئەویش ئەوەیە کەبەتوندی کەوتە ژێرکاریگەری ئەو غەریزەیەو کەبەر چاوی گرتووەو نایەڵێ ئەو ئاسۆ ددورانە ببینێ کەخەونی پێوەدەبینێ، بۆیە ئەگەر توانی کەمووچەیەکی کەم و کەمێك ڕێز بەدەست بێنێ ئەوا پێی وایە کەشتێکی گەورەی دەست کەوتووە و هەوڵی خۆی تەنها لەوەدا بەکار دەبا کەکارەکەی پێویستی یەتی کەلەگەڵ ئەو ووزە زۆرەی کە لەناخی دا ماوەتەوە ناگونجێ و کەسێکیش نی یە ئەوکۆتەی بۆلابەرێ.

ئەوانەی کەقوربانی دەستی غەریزەی شکستن نرخی کات نازانن و ڕۆژانیان وادەگوزەرێنن وەك ئەوەی کەهەزار ساڵ بژین، چەندەخەڵك کاتێکی زۆر لەخەوتندا بەسەر دەبەن زیاد لەوەی کەتەندروستی لەشیان پێویسیەتی.

چەندی تریش کاتی زێڕینی خۆیان لەیانەو یاریدا بەسەر دەبەن و پێیان وایە کەئەم ژیانە پووچە بریتی یە لەکامەرانی.

ئێمە هەمووەمان بەشێك لە کاتمان لەخەوبینیدا بەسەر دەبەین لەکاتی نوستن وبێ داریشدا خەون بەکارو پلەو پایەیەکەوە دەبینین واهەست دەکەین ئێمە تیایاندا کامەرانین واهەست دەکەین کەئێمە تیایندا کامەرانترین وەك لەژیانی ڕاستەقینەمان، کەسی فاشیل کاتێکی زۆر لەم جۆرە خەو بینینانەوە بەسەر دەبات و ژیانی خۆی بەشێوەیەکی نمونە یی و بێ خەوش دەبینێ و تەمەڵی و سستی ی خۆی بەدەرباز بوون لەماندوێتی هەوڵ و کێشەکانی کار دا دەبینێ.

گومانیشی تێدانی یە کەچێژی سەر کەوتن پاش هەوڵێکی زۆر، گەلێك لەچێژی تەمەڵی زیاترە.

ترسان لەدووبارە هەوڵ دانەوە:

هەندێك پسپۆڕ بەهۆی خەواندنی موگناتیسی یەوە توانیویانە کەمرۆڤێکی لاواز والێ بکەن کەشتێکی زۆر قورس هەڵ بگرێ و والەکچێکی شەرمنیش بکەن کەکارێکی بوێرانە ئەنجام بدات و پێیان وایە کەلەکاتی خەواندن دا ئیحایا دەوەرەی لەخڵتەکانی ڕابردوو پاك

دەکاتەوە و هێزە شاراوەکان قوتار دەکا و دەبێتە هۆی ئەو ئەنجامە سەیرانە.

ئەوەی باوە کەئێمە لەڕێی ئەزمونەوە دەرس لەژیانەوە وەردەگرین و ئەگەر لەکارێك دا شکستمان خوارد ئەوا هەوڵ ئەدەین کە بەڕێگەیەك یان دوانی تر ئەنجامی بدەینەوە تاسەر دەکەوین، بەڵام یادەوەری ئەو شکستانە و زامەکانی لەناخماندا دەمێنێتەوە و وامان لێ دەکەن هەوڵی لەو جۆرە نەدەینەوە، زۆربەی دوودڵی تریشمان لەئەنجام نەدانی کارێك لەکاتی ڕەخساوی خۆی دا دەگەڕێتەوە بۆئەم ڕاستی یەو لەو دەمانەدا هەست بەشتێك دەکەین کە نایەڵێ بجوڵێین، یان هەندێ جار دەست دەکەین بە جێ بەجێ کردنی پرۆژەیەك تادەگەینە ئەوسنوورەی کەپێشتر شکستمان تیا خواردووە و لێرەدا ناخمان ئیحای پاشە کشێ و گەڕانەوەمان پێ ئەدا و ئێمەش زۆرجار بەدەم ئەم تەوژمەوە دەڕۆین و ڕەنگە دەرفەتی گرنگی سەرکەوتنمان لەدەست بچێ.

ئەندێشە تەنها بۆ هونەرمەند نییە:

بۆئەوەی کەلەم ئیحایەی ناخمان دەرباز ببین، دەبێت خۆمان واڕا بێنین کەهەر کارێك دەکەین هەر لەسەرەتاوە لەسەر کەوتنی دڵنیا بین، ڕەنگە زۆربەمان ئەوەمان بیستبێ کەپێی ئەڵێن (ئازایەتی و بێ ئومێدی) کەبریتی یە لە ئازایەتی یەك کەلە پڕێکدا دەر دەکەوێ کاتێك مرۆڤ توشی مەترسی یەك دەبێ و خەریکە هیوای ڕزگار بوون لێ ی لەدەست ئەدات بەڵام بەتەنها بێ ئومێدی دەرئەنجامی ئەم ئازایەتی یە یە دەگمەنە نیە بەڵکو ئەندێشەش لەوانەیە کەهەمان ئاکامی لێ

بکەوێتـەوە ئەگـەر ئێمـە لـەباڵی خـەیاڵمان بەسـەر هـەموو تـرس و گومانەکان دا بفڕین، بەر لـەوەی کە دەست بەکارێك بکـەین کەسڵی لـێ دەکەینـەوە سـەرکەوتن تیایـدا بێنینـە بـەر چـاوی خۆمـان و بـەخۆمان بڵێین:

(دەی بادەست بەکار بکەین سەر کەوتنمان مسۆگەرە) ئەوا هەست بەهێزێکی ناوەکی دەکەین کەبۆ کارکردن پاڵمان پێوەدەنێ وورەمـــان بەرز دەکاتەوە، ئەوانەشی هێزی ئەندێشەی دوریان کەمە بایادەوەری خۆیان بگێڕنەوە بۆهەر سەرکەوتنێك کەلەڕابردوودا

بەدەسـتیان هێنـاوە هەسـتی خۆیـان لەوسـاتانەدا بێننـەوە بـیری خۆیان، بەوە گوڕێکی نوێ دەکەن کەبەرەو کارکردن پاڵیان پێوەدەنێ.

بەڵام ئەوەی کە دەبێ لەبەر چاو بگیرێ ئەوەیە کەدوای ئەمە مرۆڤ دەست بـەرداری کـار نەبێتـەوە هـەر کەهەسـتی بەماندوێتی و سستی کـرد، ئەوانەشـی کـەناتوانن مـاوەی درێـژ لـەکارکردن دا بـەردەوام بـن باسـود لـەماوەی حەوانـەوەیان وەر بگـرن و خۆیـان بەئارەزوویەکـەوە سـەرقاڵ بکـەن وەك وێنـەگرتن و شـتی تـر، بەمەشـی توانـای بەردەوامی لەکارەکەیاندا دەبەخشنەوە خۆیان.

دکتۆرێك دەناسم کە ئەوانەی دەچونە لای لێی تەکینەوە چونکە زوو لەئیش کردن بێزار دەبوو، لەئەنجامی ئەمەدا بڕیاری دا کاتی پشووی خـۆی لەپەیکـەر تاشـی دا بەسـەر بـەرێ و زۆری نـەبرد کـەبووە پەیکـەر تاشـێکی لێـزان وەبەمەشـی بڕوابـەخۆبوونی بـۆ گـەڕایـەوە و دەسـتی کـردەوە بـەکارکردن لەعیادەکـەیدا و سـەر لـەنوێ خـەڵکی ڕوویـان تـێ کردەوە، بازرگانێکیش دەناسم کەئیفلاسی کردوو دوکانەکەی داخست چونکە بڕوای بەردەوام بوونی لـەکاردا لاواز بـوو ئەگـەر چی تەمەنیشی

لەپەنجا تیٚ پەڕی بوو دەستی کرد بە فێر بوونی وێنە کێشان و ئەوەندەی نەبرد کە چەندین تابلۆی قەشەنگی دروست کرد کەژورێکی تایبەتیان بۆتەرخان کرا لەمۆزەخانەی هونەریی شیکاگۆدا، ئەم سەرکەوتنەشی وای لێکرد کە بڕوابەخۆبوونی بەهێز ببێتەوەو دەست بکاتەوە بە بازرگانی تیاشیدا سەرکەوتوو بێت.

ئەگەر چی پێیان وایە کە خەیاڵ تەنها سوودی بۆهونەرمەندان هەیە و خەیاڵ بۆکارسازان تەنها بریتی یە لەحەواندنەوەی مێشکیان دوور لەکارکردن، بەلاّم لەڕاستی دا

خەیاڵ دەبیٚ هەموو مرۆڤێك سوودی لیٚ وەرگریٚ، چونکە وامان لیٚ دەکات کەخۆمان وەکو خۆی ببینین و لەو هەستانە قوتارمان کات کەخۆپەرستی مان تێدا درووست دەکات

، هەروەها خەیڵ ئەو ئامانجە بەر جەستەدەکات کەمەولیان بۆئەدەین و ئەم وێنە خەیاڵی یەش وامان لیٚ دەکات کە لە هەولدان بەردەوام بین تادەیانگەینیٚ.

مەشق کردن لەسەر ئەو شتانەی کەدەبنە هۆی سەرکەوتن:

ئێمە بۆئەوەی لەژیانماندا سەرکەوتووبین دەبیٚ کە ڕکێفی غەریزەکانمان بکەین و دەست بەسەر دەرونمان دا بگرین و بزانین کەی و چۆن جلەو گیری دەکەین، والێرەدا هەشت مەشق دەخەینە ڕوو کەئەگەرۆ بەرێك و پێکی ئەنجامیان بدەین، ئەوا لاوازی سیستمان نامێنیٚ و دەتوانین کە خۆمان بەشێوەیەکی دروست ئاراستە بکەین لەهەر کارێکدا کەدەیکەین.

١. هـەموو ڕۆژێـك هـەوڵ بـدە كـەبۆماوەی سـەعاتێك قسەنەكەیت وتەنها گوێگر بیت و بە كورتی وەڵامی ئەو پرسیارانە بدەیتـە وە كـەلێت دەكـرێ و هـەتا دەتوانیـت بـا شـێوەت ئاسایی دیاربێ.

ئەم مە شقە ئاسانە وات لێ دەكات كە هەست بەدەست بەسەر خۆداگرتن بكەیت،چونكە دوای ئەو ماوەیە كەدەست بەقسەكردن دەكەیتـەوە دەبینیـت كەباشـتر دەدوێیـت و ووشـەكان چاكتر هـەڵ دەبژێریت.

٢. هەموو ڕۆژێك نیـو سـەعات تـەرخان بكـە بۆبیركردنـەوە لەشتێكی دیاری كراو بەچڕی، دەتوانیت كەسـەرەتا بـەماوەی پێنج پێنج خولەك ئەم مەشقە دەست پێ بكەیت باشتر وایە كەمەشقەكە بەبیركردنەوە لەشتێكی بەر جەستە بكەیتەوە وەك گوڵێك بۆنمونەو لەبارەیەوە پرسیار لەخۆت بكەیت چۆن دەڕوێ؟ سوودی چی یە؟.. لەڕۆژانی دواتردا بیر لەكێشەیەك بكـەرەوە، سـەرەتا لـەو كێشانەوە دەست پێبكـە كـەجێی بایـەختن، پاشـان دەربـارەی هەربابـەتێكیتر بۆنمونە بۆنمونە لەخۆتەوە دەست بخەرە سەر دێڕێك لەگۆڤارێك دا یا ڕۆژنامەیەك دا و لەودێڕە بكۆڵەرەوە.

٣. نامەیـەك بۆهاوڕێیـەكت بنووسـە بەمـەرجێك ووشـەی (مـن) ی تیانـەبێ بۆئـەوەی كەنامەیـەكی بـاش بنوسـیت دەبـێ بـیر لەخۆت نەكەیتەوە، كاتێ كەتەواو دەبیت و دەگەڕێیتـەوە لای خۆت هەست دەكەیت كەچالاكتریت.

٤. ڕاپورتێكی تر بنووسە كەتیایدا باس لەسەر كەوتن و بەهرەكانی خۆت بكـەیت بـە شـێوەیەكی هێمنانـە، بەمـەرجێك تـەنها

شتە ڕاستەکان بڵێی، دەبینیت کەئەم مەشقە بەرەو سەر کەوتن هانت ئەداو بەهرەو تواناکانی خۆت بیردەخاتەوە.

٥. جارجار یەکێك لەناسیاوە تازەکانت والیَ بکە کە دەربارەی خۆی بدویَ بیَ ئەوەی هەست بەمە بکات، خۆشت زۆر بەووردی گویَ ی بۆبگرە بیَ ئەوەی قسەبکەیت، دەبینیت کەدەبیَ هەستی خۆبەزل زانیت کەم دەبێتەوە کاتێك بۆت دەردەکەوێت کەزۆر شت لەویشدا کەتۆ وات زانیوە کەتەنها خۆت هەتە.

٦. بەرنامەیەك دابنیَ بۆبەسەر بردنی ماوەی دوسەعات لەڕۆژدا زۆر بەووردی جیَ بەجیَ ی بکە و بەشەکانی یەك بەدوای یەکدا بکەو لەکاتی خۆیدا، ئەگەر لەم مەشقەدا سەرکەوتوو بوویت ئەوا هەرچەند مانگێك ماوەکەی سەعاتێك زیاد بکە، تادەگەیتە ئەوەی کەبتوانیت بەرنامەیەك جیَ بەجیَ بکەیت کەبۆ هەشت سەعات دانراوە لەڕۆژێکدا بەمەش دەتوانیت کەبەچاکترین شێوە سود لەکاتی خۆت وەر بگریت، بەمەش پەیڕەویی بەرنامەیەکی وشك ناکەیت وە دتوانیت ناوەناوە بیگۆڕیت بەپێی حەزی خۆت لەئەنجامی ئەمەشدا هەستی نرخی کات لای مرۆ ڤ دەگەشێتەوە و فێری ئەوەدەبیَ کەکاتی خۆی بەفیڕۆنەدات.

٧. ئەم مە شقە لەهەموویان زەحمەت ترە بەڵام کاری گەری لەهەموویان زیاترە، تیایدا خۆی ڕادەهێنیَ لەسەر بەرگەگرتنی بارو دۆخە دژوارەکان خۆگرتن لەبەرامبەر شتە کوتو پڕەکاندا مەشقەکەشی بریتی یە لەوەی کە دوانزە کارت ئامادە بکەیت و لەسەر هەریەکێکیان پێشنیازێك بۆکردنی کارێکی نویَ بنوسیت، بەمەرجێك ئەوکارە پێویستی بە ئەرك وماندوێتی یەکی

جەستەیی و دەرونـی هـەبێ، وەك ئـەوەی کـەدوانزە سـەعات نـان نـەخۆیت یابیـست کیلۆمـەتر بـەپێ بڕۆیـت، یاژەمێـك خـواردن لەچێشتخانەیەکدا بخۆیت کەهی هە ژارانە و پپتر لێت نەخواردووە، یاشەو تابەیانی نەخەویت و خەریکی کردنـی کارێکی فیکری یا جەستەیی بیت، پاشـان هـەموو کارتـەکان بخـەرە نـاو زەرفـەوەو بیخـەرە چـەکمەجەکەتەوە، ناوبـەناو بـێ ئـەوە سـەیریان بکـەیت یـەکێکیان دەربێنـەو ئـەو پێشنیازە جێ بـەجێ بکـەیت کەتیایـدا نوسراوە ڕەنگە ئەو ڕۆژە باو باران بێ تۆش دەبێت کەماوەیەکی زۆر بەپێ بڕۆیت بەڵام دەبێ هەر بیکەیت بەمەش ویست و توانای خۆت بەهێز بکەیت.

٨. هەرمانگێك یان دوومانگ ڕۆژێك تەرخان بکە بۆئەوەی بڵێی (بەڵێ) بۆهەر شتێك کەداوات لێدەکرێت بیکـەیت، ئەم مەشقەِ لەسـەر یارمـەتی دان و خزمـەتکردنی کەسـانی تـر ڕات دەهـێنێ هـەروەها دەشـێ کەخۆشـت سـود لەبـەجێ گەیانـدنی ئـەم داوایانـە وەرگریـت. ئـەم مەشـقانە سـەرە ڕای بەسـوودی یـان، خۆشـی و ڕابواردنیـشی تێدایە،بـەڵام کـە لەسـەریان ڕادێـی و بەئاسـانی دەتوانیت بیانکەیت، لەبیریان نەکەیت ئەمانە ڕێگـەن نـەك ئامـانج و دەبێـت دڵ ڕەق بیت لەگـەڵ خۆتـدا بـەڵام لەهـەمان کاتـدا دۆسـتی خۆشت بیت، ئامانجێکی بۆدیاری بکەو هانی بدە تاکوپێی دەگەیت پاشان پاداشتی بدەرەوە ئەگەر بەباشی جێ بەجێی کردبوو.

بەم شێوەیە دەتوانیت خۆت لەغەریزەی شکست دەرباز بکەیت و بەسور بوون و خۆڕاگریت سەرکەوتنت لەهەموو کارەکانتدا بەدەست دێنیت.

بەشی سی وچوارەم

کەی یاری بـــــکەین؟

دەگێڕنـەوە کـەقولێکی ئـەفریقی یەکـەم جاری بـوو کـەیاری تێـنس ببینێ لەنێوان کۆمـەڵێك بیانیـدا و واقـی وڕمابوو لـەوەی کەئەمانـە زۆر خۆیان ماندوو دەکەن لەکاتی یاری کردندا و بەدوای تۆپێکی بچووکدا ڕادەکـەن، دوای ئـەوەی کەیاریەکـە تـەواو بـوو بەیـەکێکیانی ووتبـوو: (باشـە بـۆ بەخزمـەتکارەکانتان نـاڵێن ئـەو ئیـشە زەحمەتـە لـەباتی ئێوەبکـەن؟!) وێنـەی ئـەم قولـە لـەناو ئێمـەدا زۆرە کـەجیاوازی ناکـەن لەنێوان کار و یاری دا وە نازانن کەچۆن وکەی یاری بکەن لەڕاستیشدا هیچ شتێك نی یە ئەوەنـدە زیان بەتەندروستی لەش و دەرون بگەیـەنێ بەقـەدەر ئـەوەی کەهاوسـەنگی نـەبێت لـەنێوان کـارو یاریـدا لـەژیانی مرۆڤدا، دەریش کەوتووە کەبەردەوامبوون لەکاردا بێ ئەوەی کەماوەی یاری کردنی تیابێ دەبێتە هۆی کەمی بەرهەم، چونکە ئەو ماوەی یاری یانە دەرفەتێکە کەتیایدا مرۆڤ پاتری یـەکانی ووزەی پڕدەکاتـەوە. ئـەو پیاوەشی کەقـەت یـاری ناکا و هـەموو کـاتی خۆی بۆکارەکـەی تـەرخان کردووە، ڕەنگـە سـەرەتا بـەخۆی بنـازێ، بەتایبـەتی کـاتێ هاوەڵـەکانی پیایا هـەڵ ئـەدەن و بەدینـەمۆی کـاری دادەنـێن، بـەڵام ئـەم دینەمۆیـە زۆرنابـات کـزو لاواز دەبـێ و ناچـاردەبێ کەلـەکارکردن بووەسـتێ و چەندین مـانگی دەوێ تـاتینی دێتـەوە بـەر. گومانیـشی تێـدانی یـە

کەیاری کردن هەروەك کارکردن پێویستی بەچالاکی نواندن هەیە بەڵام جیاوازی یەکی گەورەی هەیەلەنێوان چالاکی کارو یاری دا.

چونکە یاری، وەك پزیشکی دەروونی دکتۆر (فینجەر) دەڵێ: بریتی یە لەچالاکیەك کە بەحەزو ویستی خۆمان هەڵیدەبژێرین و بۆخۆشیە چێژی لێ وەردەگرین و بەئارەزووی خۆشمان وازی لێ دێنین، بەڵام کار بەپێچەوانەی ئەمەوە بریتی یە لەچالاکی یەك کەناچارین بیکەین ناشتوانین دەست بەرداری ببین.

پرۆ فیسۆر (مای) ش بەم شێوەیە پێناسەی کار دەکات کە: بریتی یە لەچالاکی یەك کەنیگەرانی لەگەڵ دایە نەوەك کە لەدەستی بدەین یاتیایدا سەرنەکەوین، ئەم هەست بەنیگەرانی کردنەش وامان لێدەکات کەچێژ لە کار وەرنەگرین.

(ئایز نهاوەر) ی سەرۆکی ئەمریکا لەکاتی شەڕدا بەشێك لەکاتی خۆی تەرخان کردبوو بۆڕەواندنەوەی ماندوێتی کارەکەی بەسواربوونی ئەسپ یاری بریدج و خوێندنەوەی هەندێ سووکە ڕۆمان، کاتێ کەزۆر سەر قاڵ بوو بەشەڕی دەرکردنی ئەڵمانیەکان لەفەڕنسا هەموو ئەم ئارەزووانەی خۆی فەرامۆش کرد ژەنەراڵ مارشاڵ بەمەی زانی و نامەیەکی بۆنووسی کەتییدا ووتبووی: بیستومە کەوازت لەئارەزووی سواربوونی ئەسپ هێناوە بۆیە من فەرمانت پێ ئەدەم کە بگەڕێیتەوە سەری و لەکاتی خۆی دا بیکەی، چونکە ئەمە بەشێکی دانە بڕاوە لەکارەکەت چەند چێژ لەمە وەر بگریت ئەوەندەش لەکارەکەتدا سەرکەوتوو دەبیت.

پرۆ فیسۆر (ماندل شەرمان) زانای دەرون ناسیش دەڵێت: زۆربەی خەڵك یاری بەڕابواردنێکی بێ سوودو کات بەفیرۆدان دائەنێن

کەیاری کردن هەروەك کارکردن پێویستی بەچالاکی نواندن هەیە بەڵام جیاوازی یەکی گەورەی هەیەلەنێوان چالاکی کارو یاری دا.

چونکە یاری، وەك پزیشکی دەروونی دکتۆر (فینجەر) دەڵێ: بریتی یە لەچالاکیەك کە بەحەزو ویستی خۆمان هەڵیدەبژێرین و بۆخۆشیە چێژی لێ وەردەگرین و بەئارەزووی خۆشمان وازی لێ دێنین، بەڵام کار بەپێچەوانەی ئەمەوە بریتی یە لەچالاکی یەك کەناچارین بیکەین ناشتوانین دەست بەرداری ببین.

پرۆ فیسۆر (مای) ش بەم شێوەیە پێناسەی کار دەکات کە: بریتی یە لەچالاکی یەك کەنیگەرانی لەگەڵ دایە نەوەك کە لەدەستی بدەین یاتیایدا سەرنەکەوین، ئەم هەست بەنیگەرانی کردنەش وامان لێدەکات کەچێژ لە کار وەرنەگرین.

(ئایز نهاوەر) ی سەرۆکی ئەمریکا لەکاتی شەڕدا بەشێك لەکاتی خۆی تەرخان کردبوو بۆڕەواندنەوەی ماندوێتی کارەکەی بەسواربوونی ئەسپ یاری بریدج و خوێندنەوەی هەندێ سووکە ڕۆمان، کاتێ کەزۆر سەر قاڵ بوو بەشەڕی دەرکردنی ئەڵمانیەکان لەفەڕنسا هەموو ئەم ئارەزووانەی خۆی فەرامۆش کرد ژەنەراڵ مارشاڵ بەمەی زانی و نامەیەکی بۆنووسی کەتییدا ووتبووی: بیستومە کەوازت لەئارەزووی سواربوونی ئەسپ هێناوە بۆیە من فەرمانت پێ ئەدەم کە بگەڕێیتەوە سەری و لەکاتی خۆی دا بیکەی، چونکە ئەمە بەشێکی دانە بڕاوە لەکارەکەت چەند چێژ لەمە وەر بگریت ئەوەندەش لەکارەکەتدا سەرکەوتوو دەبیت.

پرۆ فیسۆر (ماندل شەرمان) زانای دەرون ناسیش دەڵێت: زۆربەی خەڵك یاری بەڕابواردنێکی بێ سوودو کات کات بەفیڕۆدان دائەنێن

پێیان وایە کە نابێ یاری بکەن تەنها لەو کاتەدا نەبێ کەدەست بەتاڵن، بەڵام گومانیلا تێدا نیە ئەوانەی کەخۆیان لەخۆشی ی (یاری) بێ بەش دەکەن خۆیان تووشی چەندین نەخۆشی دەماری و دەروونی دەکەن زۆر بەهەڵەدا چوون کەپێیان وایە یاری کردن کات و پارەیان بەفیرۆ دەدات چونکە ڕاستی پێچەوانەی ئەمەیە چونکە یاری کردن وایان لێ دەکات توانای بەرهەم هێنانیان چاکتر بێ تەندروستیشیان باشتر بێ بەمەشس پارەیەکی زۆریان بۆدەگەڕێتەوە.

ئەو پیاوەی کەشانازی بەوە وە دەکات کەماوەی پێنج ساڵە ئیجازەی وەرنەگرتووە لەڕاستیدا وەك ئەو سایەقە وایە کەشانازی بەوەوە دەکات کەماوەی پێنج هەزار میلی بەسەیارەکەی بڕیوە بێ ئەوەی ڕۆنی بگۆڕێ.

ئەوەی کەماوەتەوە ئەوەیە کەهەر یەکێك لەئێمە بزانین کەی یاری بکەین تاچ ڕادەیەکیش، گومانیشی تێدانی یە کەهەست کردن بەدەمار گرژی و نارەحەتی و نیگەرانی بەڵگەیە لەسەر ئەوەی کەمرۆڤ پێویستی بەیاری کردن هەیە، بەڵام ئەمە ئەوە ناگەیەنێ کەچەند سەعاتێك لەهەفتەیەکدا تەرخان بکات بۆیاری کردن پاش کارکردنێکی پڕلەئەرك و ماندوێتی بەتایبەتی یاری یەکانی وەك تێنس و تۆپی پێ و گۆلف.

کە دۆڕان و بردنەوەلای تیایەو ئەمەش دیسان نارەحەتی و بێزاری دروست دەکات و ئەم جۆرە یاری کردنە لەوانەیە زیانی هەبێ نەك سوود بۆیە باشتر وایە کە ئەو یاریانە بکرێ کەکێبڕکێ و دەمار وروژاندنی تیانی یە وەك مەلە کردن و ڕاکردن و ئەسپ سواری.

سوودەکانی یاری لەوەدایە کەرێگە بەمرۆڤ دەدات هەستەناوەکی یەکانی دەربڕێت، ئەو هەستانەی کەناتوانێت لەنوسینگەکەی یامالەکەیدا دەریان بڕێت، چونکە یاری کردن شێوازێکی کۆمەڵایەتی پەسەندە بۆئەوەی مرۆڤ لەرێیەوە غەریزەکانی تێر بکات لەشەڕ کردن و تۆڵە کردنەوەو داهێنان ورەوشتەکانی تردا.

لەکۆتاییدا پێویست لەسەر هەر مرۆڤێک کە چوار ئارەزووی جیاوازی هەبێت کەهەموو ئارەزووە نلاوەکی یەکانی تێر بکات بۆنمونە غەریزەی هەبوون تێردەکات و دار تاشی غەریزەی داهێنان و دروست کردن تێر دەکاو یاری تێنس غەریزەی هێرش بردن و بەشاخا سەر کەوتن غەریزەی دەست بەسەردا گرتن تێر دەکات.

ئەم ئارەزووانەوەك پەتی ڕزگاربوون وان تادرێژتر بن ئەوا ئەگەری ڕزگاربوونی مرۆڤ زیاترە لەوکاتەدا کەکەشتی یە جەستەیی و دەروونی یەکەی تووشی مەترسی دەبێت.

بەشی سی و پێنجەم

دەرفەت بۆ قۆستنەوە

لەڕاستی دا بابەتی هەل و دەرفەت سەری زۆر لەگەورە زانایانی سوڕماندووە هەندێکیان دەڵێن هەیەو هەندێکی تریان دەڵێن نی یە و مرۆڤ مرۆڤ بەندە بەکاری یەوە.

ڕای گشتییش ئەوەیە کەلەژیاندا شانس و بەخت شتێکە بوونی نییە، بەڵام چەندین دەرفەت هەیە کەبەبەردەم مرۆڤ دا تێ دەپەڕن پێی دەزانن و دەی قۆزنەوە و سوودی لێ وەردەگرن و هەندێکی نابینن.

هەموو ڕۆژێکی نوێ دەرفەتی جیاواز لەخۆ دەگرێت، مرۆڤی گێل ئەم دەرفەتانە بەبەر چاوی دا تێ دەپەڕن بەڵام نای قۆزێتەوە، بەڵام مرۆڤی ئازاو خاوەن هیواو چاوتیژ نایەڵێت ئەو دەرفەتانە بەبەردەمی دا تێ پەڕن بێ ئەوەی سوودیان لێ وەرنەگرێت.

ڕەنگە هەندێك بڵێن ئەو دەرفەتانە کامانەن؟ والێرەدا هەندێك لەوانە دەخەینە ڕوو:

کورت بوونەوەی ماوەکان بووەتە شتێکی ئاسایی و زۆر جار واهەست دەکەین جیهان دەچێتەوە یەك، ئەمەش لەڕێی گەشتەوە بووە، هەندێ جار لەم جۆرە گەشتانە ئەنجام دەدەین و سەرزەمین تەی دەکەین و دنیادەبینین، هەندێك ئەم هەلی گەشت کردنە دەقۆزنەوە بۆدیتنی جیهان و سوود وەر گرتن لەم جۆرە ئەزموونانە، لەڕاستیدا

گەشتەکان گەلێك سوودیان هەیە کەگرنگترینیان بریتی یە لەدرووست کردنی بڕوا بەخۆبوون و دامەزراوی، چونکە ئەوەی گەشت دەکات بەبارو دۆخی سەختدا تیٚ دەپەڕیٚ و دەشبیٚت کەبەر بەستەکانی ببەزێنی و لەمەش دا دەبیٚت پشت بەخۆی ببەستیٚ، پاشان داب و نەریت و دیدگای نویٚ دەبینیٚ، بەمەش چەندین ئەزموونی نویٚ لەمێشکیدا تۆمار دەکات، تەنانەت لەبارێکیشدا کەمرۆڤ نەتوانێت لەولاتەکەی خۆی بچێتە دەرەوە، ئەوا بواریٚ کی فراوان لەبەر دەمیدا هەیە لە؟؟؟؟ خۆی دا دەشتە سەوزو شاخە سور کەشەکان

و ڕووبارو گوندو شار و شارۆچکەکانی ببینیٚ، بەمەش مرۆڤ دەتوانیٚ کەدیمەنەکانی وولاتەکەی ببینیٚ چێژ لەو گەشت و گوزارە وەربگریٚ.

ئایا تۆ لەو جۆرە کەسانەیت کەدەزانن چۆن ئەم هەلانە بقۆزنەوە تادنیاتاقی بکەنەوە و سەر زەمین ببینن و تێکەلاوی خەڵك ببن لەم ئەزمونە نوێیەیانەوە شتی نویٚ فێر ببن؟

چونکە یەکێك لەبنەما گرنگەکانی سەرکەوتن بریتی یە لە:

بینین و ناسینی جیهان.

فێربوون تەنها لەخوێندنگەدا نیە:

چەندین پەیمانگە هەیە کەیارمەتی خەڵك ئەدات تا خۆیان ڕۆشن بیرکەن و چەندین خوێندنگەش هەیە کەلەڕێی نامەوە دەتوانیت تیایانا بخوێنیت، بۆیە بەپێی حەزی خۆت پەیوەندی بکە بەو پەیمانگەیەوە کەدەتەویت بەمەش سەر باری ئەوەی کەبیرو ئاسۆی خۆتی پیٚ فراوان

دەکەیت، چەندین بڕوانامەش وەر دەگریت بەهۆیانەوە دەتوانیت کەپلەت لەکارەکەتدا بەرز بکەیتەوە لەگەڵ ئەمانەشدا کتێبخانە گشتی یەکان هەن کەچەندین دەرفەتی خۆڕۆشنبیر کردنت بۆ دەڕەخسێنن چەندین جیهانی نوێ لەسەر ڕەفەکانی چاوەڕێت دەکەن ئەگەر سەردانیان بکەیت.

تێکەڵ بوون بەوانی تر:

تێکەڵاو نەبوون بەخەڵك زیاتر لەگۆشەگیری و هەست کردنی بەکەمی یەوە سەرچاوە دەگیرێت و شتێکی پێویستە لەسەر ئەم جۆرە کەسانە هەوڵ بدەن بەسەر ئەم هەستەدا زاڵ بن تالەو چێژە بێ بەش نەبن کەتێ کەڵاو بوونیان بەخەڵك دەستیان دەکەوێت، بۆئەم مەبەستەش باشتر وایە کەپەیوەندی بکات بەیەکێك لەیانە کۆمەڵایەتی یەکانەوە و بەگەرمی لەچالاکی یەکاندا بەشداری بکات.

ڕێگەیەکی تریش هەیە بۆدەر بازبوون لەم هەستە ئەویش بەئەنجام دانی گەشتێك لەگەڵ کۆمەڵێك خەڵكدا.

تەنها ڕێگر کەنایەڵێ تێکەڵ بەخەڵك ببین هەستیاریە بەکەم و کوڕی یەکان و دەبێت هەوڵ بدرێت کەئەم هەستیاری یەش نەهێڵرێت، چونکە ژیان بەبێ تێکەڵاو بوون ژیانێکی پڕلەتەنیایی یەو لەبێزاری یەو پێویستە کەمرۆڤ لەتەنیایی یە تاڵەدەربچێ و بڕواتە ناو خەڵکەوە تێکەڵاویان ببێ.

فێربوونی شارەزایی:

ئەمــە سەرچــاوەیەکی بەســوودی ئەزمونەکانــە کەدەشــێ ســوودی مادیشی بۆخاوەنەکەی هەبێت، بۆیە هەوڵ بدە کەبەدوای کاری تردا بگەڕێیت تابیانکەیت، بۆنمونە خۆت فێری چاپ کردن بەئامێری چاپ ئەگەر زانیت، شتی لەم بابەتە زۆرن کەشتی نوێیان لێوە فێردەبیت و دەستکەوتیشیان دەبێ.

ئایا تۆدەتوانیت ئەوە دەر بڕیت کەلەناختایە بە ڕوودانی و ڕەوانی؟

ئایا دەتوانیت کەلەناو جەماوەرێکدا ووتار بدەیت؟

ئایا کورت کردنەوە دەزانیت؟

ئایا هیچ هونەرێکی وەرزشی جەستەیی دەزانی؟ وەك تۆپی پێ یا بالە یا تێنس، ئایا مەلە باش دەزانیت؟ دەتوانیت سەوڵ لێ بدەیت؟ تۆلەهــەموو ئــەم بوارانــەدا پێویــستیت بەوەنیــە کەببیتــە پــسپۆڕێك، مەبەست لەمانــە بــەر لەهــەموو شــتێك بریتــی یــە لەچێژ وەر گــرتن و زیادکردنی شارەزایی خۆت لەچەندین بواری نوێ دا.

باشیش نی یە کەمرۆڤ بێ ئیش دانیشێ و تەنها گوێبگرێت چونکە گفتوگۆ چێژێکی تایبەتی هەیە بیرو زانیاری ی مرۆڤ فراوانتر دەکات، هەروەك چۆن والەمرۆڤ دەکات کەلەگۆشەگیری دەربچێ و کەسێتی خۆی دەر بخات وتوانا پیشان بدات.

سوودگەیاندن بەوانیتر:

لەکۆتاییدا خزمەت کردنی ئەوانی تر خۆشی یەکی گەورە بەمرۆڤ دەبەخشێ و بەڵگەش لەسەر ئەمە زۆرە.

ئەگەر سەیری چواردەوری خۆت بکەیت دەبینیت کەچەندین دەرفەت لەبەر دەمتایە بۆخزمەتکردنی خەڵك، دەزگاو کۆمەڵە خێرخوازییەکان و نەخۆشخانەکان هەن کەدەتوانیت بەشداریان تێدا بکەیت و بەپێی توانای خۆت لەخزمەتی خەڵکدا بیت، سەرکەوتنیشت لەم کارە خێرخوازییانەدا چێژو خۆشیت پێ دەبەخشێت و ویژدانت ئاسودەدەکات. کاتێکیش مرۆڤ یادگارییەکانی ڕابردوو دێنێتەوە بەر چاوی خۆی ئەوادیسانەوە هەست بەخۆشی دەکات بەوەی کەیارمەتیی کەسانی تری داوە هەست دەکاغت کەدڵ و دەروونی پڕە لەسۆزو خۆشەویستی بۆ مرۆڤایەتی ئەمەش وای لێ دەکات کەچالاکتر لەخزمەتیاندا بێت.

لە بەرهەمەکانی وەرگێڕ

١.توێشوی خۆناسین، لێکۆڵینەوەی هەڵبژاردە.
٢.تەسەوف و پاراسایکۆلۆژیا.
٣.تاو، چەند تێکستێك لە فەلسەفەی چینی کۆن.
٤.خۆراکی رووەکی و تەندروستیی مرۆڤ، زانستی.
٥.فرانکشتاین، رۆمان، کوردی-ئینگلیزی.
٦.سەرجەم چیرۆکەکانی نەسین،بەرگی یەکەم.
٧.فەرهەنگی نوێ بۆ شیکاری رامیاریی.
٨.هونەری چارەسەر بە مەساج،زانستی.
٩.کەسێتیی خۆت بناسە، سایکۆلۆژی.
١٠.شێوازی هەڵسوکەوت لەگەڵ خەڵکیدا، سۆسیۆ سایکۆلۆژی.
١١.گوڵبژێرێك لە شیعرەکانی نزار القبانی،عەرەبی-کوردی.
١٢.بریسکەی بێ تارمایی،شیکردنەوی سیاسی و ستراتیژیی.
١٣.بوار، بۆ فێربوونی بنەماکانی زمانی ئینگلیزی.
١٤ڕێگا بەرەو سامان و سەرکەوتن و سەرکردایەتی، سۆسیۆ سایکۆلۆژی.

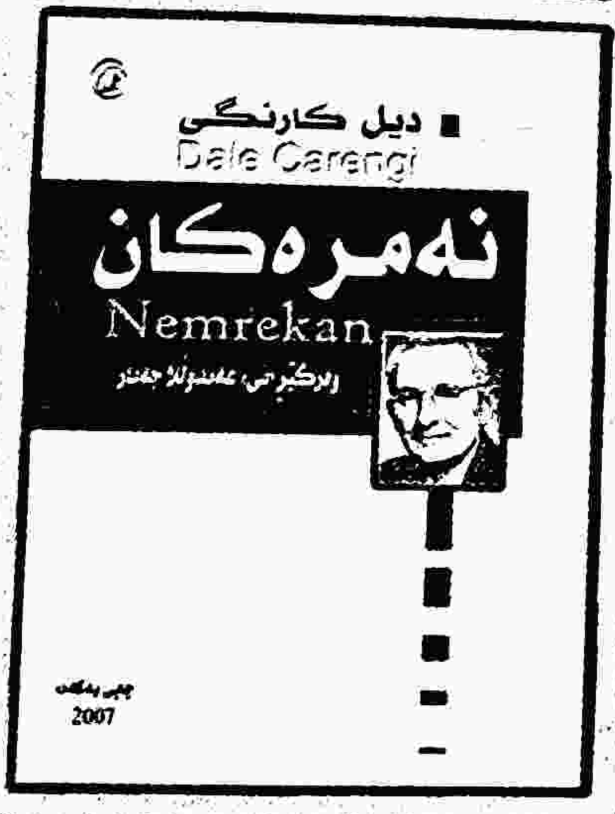
١٥.خەرمانێك لە بیری مرۆڤایەتی.

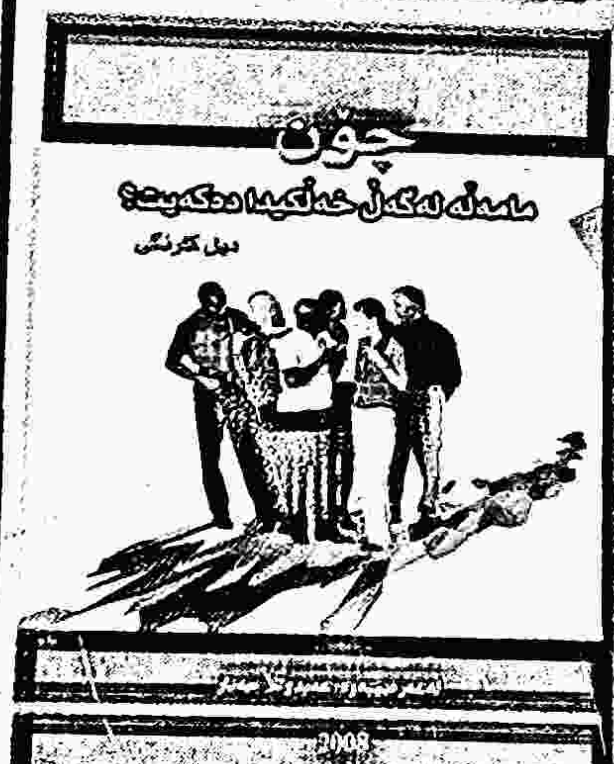
Dale Carengi













گروپی کتێبخانەی (PDF)

ئێمە هەمیشە بەردەوامین لە خزمەت کردنتان

وە بەرهەم و کاری نوێ

